BOGA DASAR 1

BAHAN AJAR SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN

PROGRAM KEAHLIAN TATA BOGA

Kontributor Naskah	: Dra. Cidartaty Lubis, MM
Penelaah	: Deddy Surachman
	Gatot Mukti Sutejo, S.Pd

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

DIREKTORAT PEMBINAAN SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN

2013

Disklaimer: *Buku ini merupakan buku siswa yang dipersiapkan Pemerintah dalam rangka implementasi Kurikulum 2013. Buku siswa ini disusun dan ditelaah oleh berbagai pihak di bawah koordinasi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, dan dipergunakan dalam tahap awal penerapan Kurikulum 2013. Buku ini merupakan "dokumen hidup" yang senantiasa diperbaiki, diperbaharui, dan dimutakhirkan sesuai dengan dinamika kebutuhan dan perubahan zaman. Masukan dari berbagai kalangan diharapkan dapat meningkatkan kualitas buku ini.*

Kontributor Naskah : Dra. Cidartaty Lubis, MM

Penelaah : Dedi Surahman

Gatot Mukti Sutejo, S.Pd

Tim Desktop Publisher : Tim

Cetakan Ke-1, 2013

Disusun dengan huruf arial

KATA PENGANTAR

Kurikulum 2013 dirancang untuk memperkuat kompetensi siswa dari sisi sikap, pengetahuan dan keterampilan secara utuh. Keutuhan tersebut menjadi dasar dalam perumusan kompetensi dasar tiap mata pelajaran mencakup kompetensi dasar kelompok sikap, kompetensi dasar kelompok pengetahuan, dan kompetensi dasar kelompok keterampilan. Semua mata pelajaran dirancang mengikuti rumusan tersebut.

Pembelajaran kelas X jenjang Pendidikan Menengah Kejuruan yang disajikan dalam buku ini juga tunduk pada ketentuan tersebut. Buku siswa ini diberisi materi pembelajaran yang membekali peserta didik dengan pengetahuan, keterapilan dalam menyajikan pengetahuan yang dikuasai secara kongkrit dan abstrak, dan sikap sebagai makhluk yang mensyukuri anugerah alam semesta yang dikaruniakan kepadanya melalui pemanfaatan yang bertanggung jawab.

Buku ini menjabarkan usaha minimal yang harus dilakukan siswa untuk mencapai kompetensi yang diharuskan. Sesuai dengan pendekatan yang digunakan dalam kurikulum 2013, siswa diberanikan untuk mencari dari sumber belajar lain yang tersedia dan terbentang luas di sekitarnya. Peran guru sangat penting untuk meningkatkan dan menyesuaikan daya serap siswa dengan ketersediaan kegiatan buku ini. Guru dapat memperkayanya dengan kreasi dalam bentuk kegiatan-kegiatan lain yang sesuai dan relevan yang bersumber dari lingkungan sosial dan alam.

Buku ini sangat terbuka dan terus dilakukan perbaikan dan penyempurnaan. Untuk itu, kami mengundang para pembaca memberikan kritik, saran, dan masukan untuk perbaikan dan penyempurnaan. Atas kontribusi tersebut, kami ucapkan terima kasih. Mudah-mudahan kita dapat memberikan yang terbaik bagi kemajuan dunia pendidikan dalam rangka mempersiapkan generasi seratus tahun Indonesia Merdeka (2045)

Depok, Desember 2013

Penyusun

DAFTAR ISI

DAFTAR GAMBAR

PETA KEDUDUKAN BAHAN AJAR



Gambar 1. 1 Peta Kedudukan Bahan Ajar

BAB I
PENDAHULUAN

A. Deskripsi

Bahan Ajar ini merupakan pedoman untuk membantu siswa SMK dalam memahami dasar–dasar pengolahan makanan yang mengacu pada kurikulum 2013.

Bahan Ajar ini membahas tentang peralatan pengolah makanan (alat masak dan pesawat memasak), membuat potongan bahan makanan, menerapkan berbagai teknik pengolahan makanan, teknik pengolahan basah, dan teknik pengolahan kering. Keterampilan yang akan diperoleh adalah adalah komunikasi, kerjasama, menganalisa, memecahkan masalah dan menggali informasi.

B. Prasyarat

Sebelum mempelajari bahan ajar ini, siswa memiliki pengetahuan tentang sanitasi, hygiene dan keselamatan kerja serta pengetahuan bahan makanan.

C. Petunjuk Penggunaan Bahan Ajar

1. Bahan ajar ini dapat digunakan untuk belajar secara mandiri atau secara berkelompok di dalam kelas dengan bimbingan guru.
2. Bacalah bajan ajar ini dengan seksama secara berurutan diawali dengan BAB I, BAB II dan seterusnya.
3. Kerjakan setiap tugas dan tes yang terdapat pada bahan ajar.
4. Jangan membuka Kunci Jawaban sebelum kalian mengerjakan tes.
5. Mintalah bantuan guru apabila menemui kesulitan mempelajari isi bahan ajar atau ketika mengerjakan tugas dan tes.
6. Cocokkan jawaban tes yang telah kalian kerjakan dengan Kunci Jawaban yang tersedia di dalam bahan ajar.
7. Selamat belajar !

D. Tujuan Akhir

Setelah mempelajari bahan ajar ini siswa dapat menganalisa tentang peralatan pengolah makanan, membuat potongan bahan makanan, dan menerapkan teknik dasar pengolahan makanan dalam kehidupan sehari–hari.

E. Kompetensi

Bahan Ajar ini terkait dengan Kurikulum SMK 2013 mata diklat Boga Dasar pada kompetensi mendeskripsikan peralatan pengolah makanan, potongan bahan makanan, dan menjelaskan berbagai teknik pengolah makanan.

BAB II

Kegiatan Belajar 1

PERALATAN DAPUR

Dalam pertemuam ini anda akan mempelajari tentang peralatan dapur berdasarkan fungsinya, cara menggunakan dan cara membersihkan, serta cara perawatannya.

Dapur yang baik dengan perlengkapan sempurna akan memberikan suasana gembira dan menambah semangat kerja pada setiap orang yang bekerja.

Pada bab ini, anda akan mempelajari peralatan dapur berdasarkan fungsinya, cara menggunakan dan cara membersihkan, serta cara perawatannya. Langkah awal untuk mempelajari hal tersebut adalah dengan **melakukan pengamatan (observasi)**. Sebagai permulaan, lakukan kegiatan berikut untuk melatih pengamatan untuk eksplorasi terhadap peralatan di sekitamu.



Mengamati Peralatan di dapur

1. Buatlah kelompok untuk mengamati peralatan kecil (*kitchen utensil*) dan peralatan besar (*kitchen equipment*).
2. Amatilah sedetail mungkin mengenai macam–macam peraalatan kecil, dan fungsinya !
3. Tuliskan hasil pengamatanmu.
   Ingat, hanya hasil pengamatan, bukan tafsiran terhadap pengamatan !

Bandingkan dan Simpulkan !

Bandingkan hasil pengamatan kelompok anda dengan hasil pengamatan kelompok lain. Adakah yang berbeda ? Mengapa hasilnya demikian ? Apakah ada yang mempengaruhi hasil pengamatan anda tersebut ? Simak uraian berikut ini.

A. Peralatan Besar *(Kitchen Equipment)*

Adalah segala peralatan dalam keadaan besar dan kecil yang digunakan dalam proses pengolahan makanan *(food production)*.

Kitchen Equipment dikklasifikasikan berdasarkan :

1. Besar kecilnya ukuran, dibagi menjadi :
   – *Large Equipment*
     peralatan besar yang tidak dapat/sulit dipindahkan.



Gambar 2. 1 *Large Equipment*

   – *Utensils*
     peralatan yang mudah dipindahkan.



Gambar 2. 2 *Utensils*

2. Fungsinya, dibagi menjadi :
   – ***Preparation Equipments*** (peralatan untuk persiapan pengolahan)
     Contohnya :
     a. *Dough Mixer*
        digunakan untuk menyiapkan adonan roti (*dough*) di bagian *bakery*, umumnya digerakkan dengan listrik.
     b. *Meat Grinder*
        alat penggiling daging.
     c. *Meat Slicer*
        alat pengiris daging yang dijalankan dengan listrik, dapat juga digunakan untuk mengiris keju (*cheese*).
     d. *Food Blender*
        alat untuk menghaluskan makanan.

e. *Bread Slicer*
alat untuk mengiris roti, terutama *American Bread*.



Gambar 2. 3 *Preparation Equipment*

- ***Processing Equipments*** (peralatan untuk pengolahan)
  Contohnya :
  a. Berbagai macam *cooking range*, baik gas maupun listrik.
  b. Berbagai jenis *oven*.
  c. Berbagai macam *grill*.
  d. Berbagai macam *utensils*.
  e. Berbagai jenis *pot* dan *pan*.
  f. Berbagai jenis *knives*.
  g. Berbagai jenis *frying pan*.



Gambar 2. 4 *Processing Equipment*

– ***Service/Plating Equipments*** (peralatan untuk penyajian)
  a. *Kitchen Platter* : dengan bentuk *oval*, *square*, atau *round*.





Gambar 2. 5 *Kitchen Platter*

  b. *Sizzling Platter* : untuk *steak*, dan berbentuk *oval*.



Gambar 2. 6 *Sizzling Platter*

c. *Casserole* : alat penyajian untuk jenis *casserole* yang tahan api, biasanya berbentuk *oval* atau *round*.



Gambar 2. 7 *Casserole*

d. *Sole dish* : *casserole* khusus untuk ikan sole.



Gambar 2. 8 *Sole Dish*

e. *Marmite*
alat untuk menyajikan sup, terbuat dari porselen tahan api, biasanya digunakan untuk menu *Pot au Feu*.



Gambar 2. 9 *Marmite*

f. *Basket* : keranjang buah, roti, atau *toast*.



Gambar 2. 10 *Basket*

g. *Shirred* : peralatan tahan api yang digunakan untuk memasak telur (*shirred egg*).



Gambar 2. 11 *Shirred*

Peralatan diatas dalam pembuatannya menggunakan beberapa jenis bahan, seperti :

1) Stainless Steel, contoh : *ladle*, *pot*, *skimmer*, bowl.
2) Kayu, contoh : *spatula*, *rolling pin*, *mortar*, *chopping board*.
3) Aluminium, contoh : *sauce pan* besar dan kecil.
4) *Cast iron* (besi tuang), contoh : *frying pan* besar dan kecil.
5) *Copper* (tembaga), contoh : *frying pan* dan *sauce pan* klasik.

3. Energi yang digunakan :

   - *Electric*
   - *Steam*
   - *Gas*
   - *Oil*
   - *Microwave*
   - *Infra Red Ray*
   - *Halogen*

4. Bahan/metal yang digunakan, dibagi menjadi :

   - *Stainless Steel*
   - *Heavy Steel*
   - *Aluminium*
   - *Copper*
   - *Porcelain*

B. *Holding Equipment*

Adalah alat yang dipakai untuk menyiapkan makanan yang sudah diproses tetapi belum disajikan kepada tamu.

Holding Equipment ada 2 macam, yaitu :

a. *Hot Holding Equipments* : dipakai untuk menyimpan makanan panas, seperti : *bain marie*, *hot table*, *warmer*, *infra red warmer*.



Gambar 2. 12 *Hot Holding Equipment*

b. *Cold Holding Equipments* : digunakan untuk menyimpan makan daging, seperti : *refrigerator*, *cooler*, *cold rack* (*container plastic*) yang digunakan untuk menyimpan es, *cold food*, *beverage*, dan keperluan catering yang digunakan hotel–hotel besar pada umumnya.



Gambar 2. 13 Cold Holding Equipment

Diskusikan :

- ~ Cara membersihkan peralatan dapur baik yang besar maupun yang kecil, apakah ada perbedaan ? Mengapa?
- ~ Disainlah kartu penggunaan dan pembersihan peralatan pengolahan.
- ~ Apakah ada hubungan antara peralatan dengan jumlah dan jenis makanan yang akan diolah ?
- ~ Buatlah laporan hasil diskusi secara berkelompok.

Keterampilan melakukan pengamatan dan mencoba menemukan hubungan yang diamati secara sistematis seperti yang telah kalian lakukan sangatlah penting. Dengan keterampialan ini, kita dapat mengetahui bagaimana mengumpulkan fakta dan menghubungkan fakta–fakta tersebut untuk membuat suatu kesimpulan. Keterampilan ini juga merupakan keterampilan belajar sepanjang hayat yang dapat digunakan untuk mempelajari berbagai macam ilmu, serta dapat digunakan dalam kehidupan sehari–hari.

Adapun kegiatan yang telah kalian lakukan meliputi :

Pengamatan

Pengamatan dilakukan untuk mengumpulkan data dan informasi, dengan melibatkan pancaindra termasuk melakukan studi pustaka tentang peralatan tersebut.

Mengumpulkan Data

- Mengumpulkan data dan informasi terkait dengan pertanyaan yang diajukan dengan menggunakan berbagai sumber
- Melakukan praktek mengoperasikan macam–macam peralatan pengolahan makanan.

Asosiasi

- Mengolah dan menganalisis data terkait dengan diskusi dan hasil penggunaan peralatan pengolahan makanan.
- Menyimpulkan data hasil diskusi dan hasil penggunaan peralatan pengolahan makanan.

Mengkomunikasikan

- Mempresentasikan laporan hasil praktek mengoperasikan peralatan pengolahan makanan.
- Membuat laporan hasil diskusi kelompok dan praktek penmggunaan peralatan.

C. Rangkuman

Peralatan yang digunakan untuk menyiapkan produksi makanan dinamakan *preparation equipments*, contohnya : *dough mixer*, *meat grinder*, *meat slicer*, *food blender*, dan *bread slicer*.

Peralatan yang digunakan untuk memproses makanan dari bahan mentah menjadi makanan matang dan siap saji. Contohnya : berbagai macam *cooking range*, berbagai jenis *oven*, berbagai *grill*, berbagai macam *utensils*, berbagai jenis *pot* dan *pan*, berbagai jenis *knives*, dan berbagai jenis *frying pan*.

Beberapa jenis bahan yang digunakan untuk peralatan dapur (*kitchen equipments*), yaitu :

1. *Stainless Steel*, contohnya : *ladle*, *pots*, *skimmer*, *bowls*.
2. Kayu, contohnya : *spatula*, *roller*, *mortar*.
3. Aluminium, contohnya : *sauce pan* besar dan kecil.
4. *Cast Iron*, contohnya : *frying pan* besar dan kecil.
5. *Copper*, contohnya : *frying pan*, dan *sauce pan* klasik.

Peralatan yang termasuk golongan large equipments, yaitu : dough mixer, combination machine, meat slicer, meat grinder, hot plate, salamander, grill, dan lain–lain.

Peralatan yang termasuk golongan utensils, yaitu : apple corer, scissors, skimmer, scales, chopping board, spatula, vegetable peeler, sharpener knives, whisking bowl, dan lain–lain.

Berbagai knives yang digunakan, daintaranya : chef knives, cleaver, vegetable knives, bone knives, steak knives, paring knives, serrated knives, dan lain–lain.

Berbagai macam pot dan pan yang digunakan, seperti : baking pan, roasting pan, sauce pan, frying pan, gastronom (chafing dish pan), stock pot, soup pot, dan lain–lain.

Pada umumnya peralatan yang bersifat ovenproof dish (tahan api) dinamakan earthenware, contohnya : petit marmite, round and oval casserole, gratin dish, mould dish, dan lain–lain.

Selain peralatan diatas, yang termasuk golongan miscellaneous adalah : kitchen basket, digunakan untuk fruit, bread, fried chicken, Italian Salad Bowl, alat memasak Jepang, Jawa, dan Indonesia.

Holding Equipments adalah peralatan yang dipakai untuk menyiapkan makanan yang sudah diproses tetapi belum disajikan kepada tamu. Ada 2 macam tipe holding equipments, yaitu :

1. *Hot Holding Equipments*, yaitu : digunakan untuk menyimpan makanan panas seperti ; *bain–marie*, *warmer*, *hot table*, *double boiler*, *rechaud*, dan lain–lain.

2. *Cold Holding Equipments*, yaitu : digunakan untuk menyimpan makanan daging. Contohnya : *refrigerator* (*reach–in refrigerator* atau *walk–in refrigerator*), *cooler*.

Kitchen Equipments memiliki beberapa jenis serving equipments untuk penyajian makanan di restoran, antara lain : kitchen platter, sizzling platter, *casserole*, *sole dish*, *petit marmite*, *basket*, dan lain–lain.

D. Evaluasi Kegiatan Belajar 1



Setelah kalian mempelajari mengenai peralatan dapur, sekarang

uji dirimu dengan menjawab soal berikut ini

1. Seorang *chef* ingin memasak *grilled steak with brown sauce*.
   Peralatan apakah yang diperlukan *chef* tersebut ?
2. Buatlah daftar keperluan peralatan untuk pengolahan makanan, lalu dikumpulkan.
3. Buatlah klasifikasi *kitchen equipments* dengan lengkap.
4. Buatlah daftar peralatan untuk *Commercial Kitchen Equipments*!

BAB II

Kegiatan Belajar 2

PENGENALAN BAHAN-BAHAN

Pada bab sebelumnya, kalian sudah mengetahui berbagai macam peralatan yang digunakan untuk mengolah makanan. Sekarang, kalian perhatikan, di pasar atau supermarket banyak sekali bahan–bahan yang dijual dan dapat diolah menjadi makanan.

Pernahkah kalian ke pasar tradisional ? Pernahkah kalian memperhatikan para pedagang mengelompokkan barang–barang dagangannya ? Ada kelompok barang dagangan sayuran, ada kelompok barang dagangan buah–buahan, ada kelompok barang dagangan kebutuhan pokok, dan lain–lain. Pernahkah kalian juga memperhatikan macam–macam hewan yang dijual di pasar ?

Pengetahuan mengenai bahan–bahan sangat penting, karena merupakan dasar untuk mengetahui sifat, jenis, warna, dan rasa untuk menentukan cara dan teknik memasak.

Bahan–bahan tersebut dibagi menjadi dua bagian, yaitu :

A. Bahan–Bahan Yang Termasuk Golongan *Perishables*

Bahan–bahan ini pada umumnya tidak tahan lama atau mudah menjadi busuk. Yang termasuk golongan *perishables* adalah bahan segar (*fresh*), bahan–bahan yang telah diawetkan, maupun bahan yang dalam penyimpanannya memerlukan ruangan yang mempunyai temperatur tertentu seperti : *cold storage room*, atau *refrigerator*.



1. Perhatikan dan amatilah gambar dibawah ini !



(1)



(2)



(3)



(4)



(5)



(6)

Gambar 2. 14 Perishables

2. Tulislah temperatur yang diperlukan untuk menyimpan bahan–bahan tersebut.

No.	NAMA BAHAN	TEMPERATUR
1.	Buah–buahan Segar	
2.	Sayur–sayuran Segar	
3.	Fish and Shelfish	
4.	Meat and Poultry	
5.	Ice Cream and Frozen Food	
6.	Juice, Yoghurt, and Milk	

3. Tulislah kesimpulan dari hasil pengamatanmu pada buku tugas!
4. Dari kegiatan tersebut apakah kalian mudah mempelajarinya?

B. Bahan–Bahan Yang Termasuk Golongan Groseries

Biasanya bahan–bahan tersebut telah diawetkan, tahan lama, kering, dan dikemas dalam : kaleng, botol, atau dalam bungkusan karton yang diberi label dan tanggal kadaluarsa.

Bahan–bahan tersebut dalam penyimpanannya memerlukan ruangan yang sejuk dan berventilasi yang cukup. Dapat disimpan pada *room temperature* (suhu ruangan).



Kalian di tugaskan untuk mencari bahan–bahan yang termasuk golongan *Groceries* (bahan makanan).

1. Tulislah macam–macam bahan yang termasuk golongan *groceries* pada tabel berikut ini !

No.	NAMA BAHAN
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	

2. Tulislah kesimpulan dari hasil pengamatanmu pada buku tugas !
3. Dari kegiatan tersebut apakah kalian mudah mempelajarinya ?

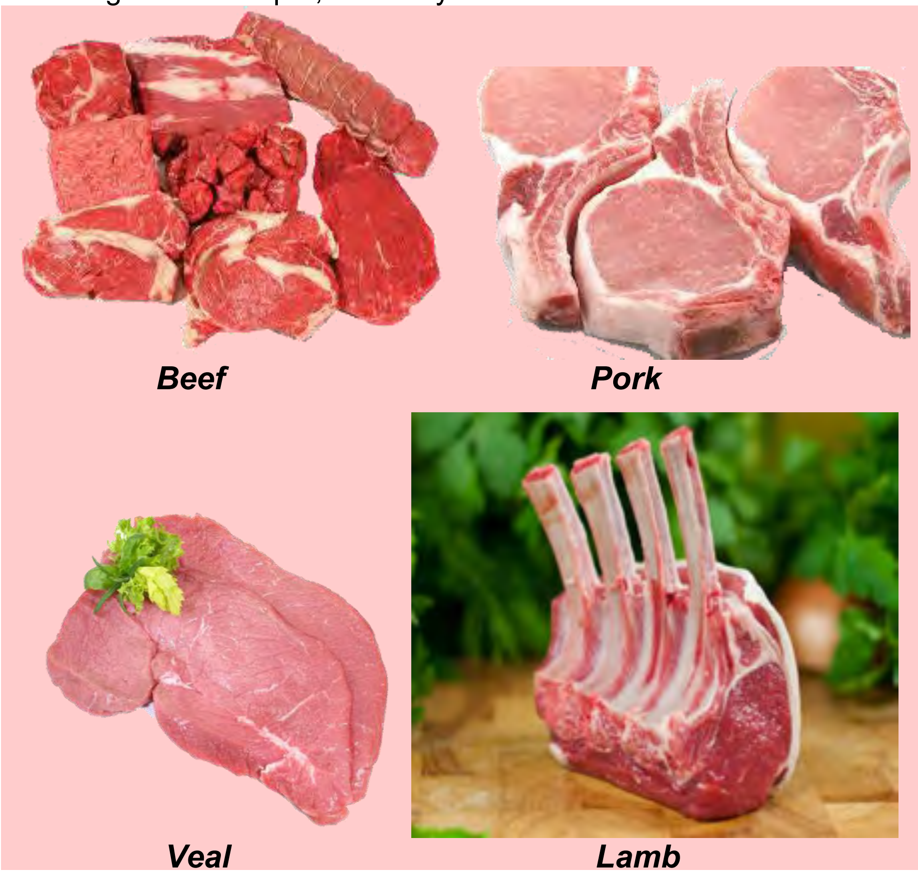
Diskusikan soal–soal di bawah ini !

a. Tuliskan hal–hal yang harus diperhatikan pada saat membeli bahan–bahan perishables.
b. Apabila kalian membeli bahan–bahan *groceries*, apa yang harus kalian perhatikan !
c. Kesimpulan apa yang kalian dapatkan dari kegiatan ini ?

C. Hewan Sebagai Hidangan

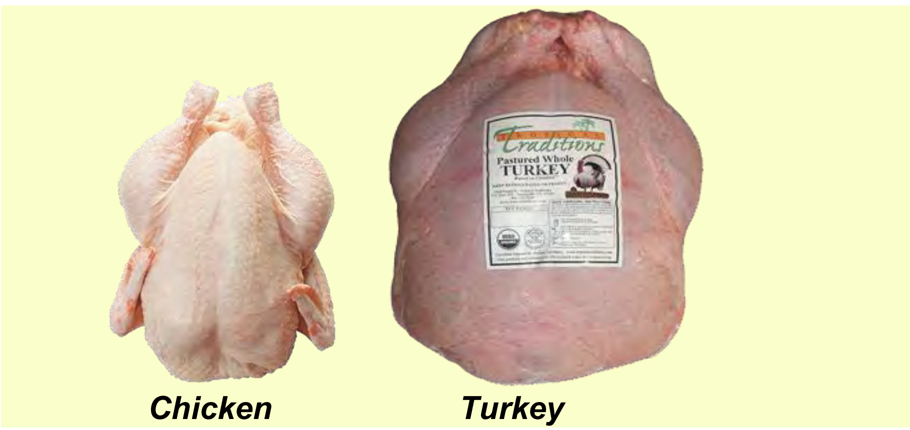
Hewan yang dikonsumsi oleh manusia pada umumnya dibagi dalam tiga golongan besar, yaitu :

1) Binatang berkaki empat, contohnya :



Gambar 2. 15 Daging Binatang Kaki Empat

2) Binatang sejenis unggas (*poultry*), contohnya :







Duck **Burung Dara**

Gambar 2. 16 Daging Unggas

3) Binatang sejenis ikan dan hasil laut lainnya, contohnya :

Gambar Tuna dan hasil olahnya







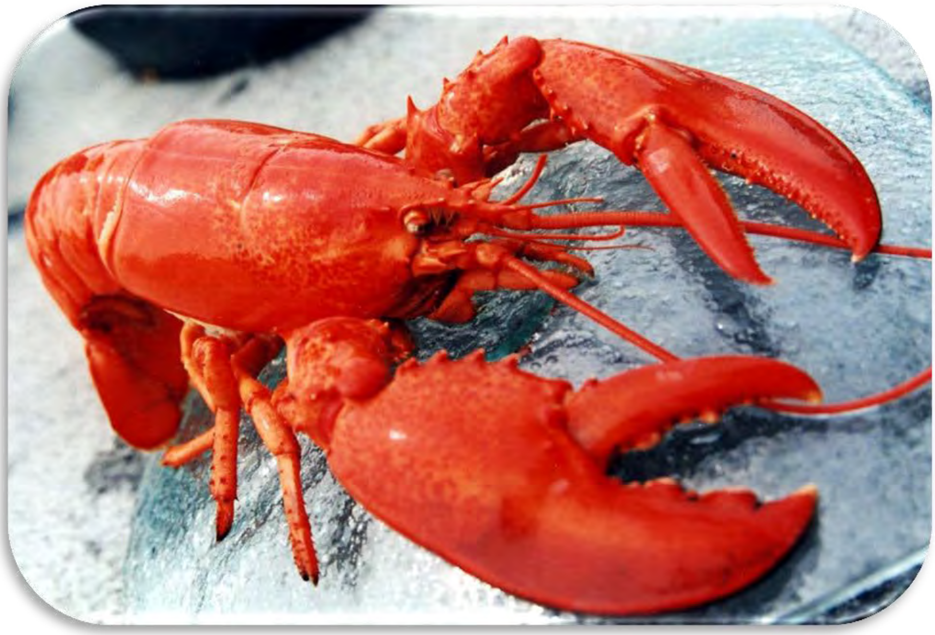
Gambar *Mackerel* dan hasil olahnya







Gambar *Lobster*



Gambar *Salmon*




Gambar *Shrimps*










Gambar Prawn

Gambar *Crab*

Hasil laut sejenis kerang (*shellfish*), contohnya :

Gambar *Oyster*



Gambar *Mussel*





Gambar *Escargot*





Gambar *Crabmeat*





Gambar *Scallops*





Gambar 2. 17 Binatang Laut dan Hasil Olahnya



D. Tantangan

1. Perhatikan dan amati gambar–gambar diatas !
2. Carilah perbedaan diantara macam–macam hewan yang tergolong kepada tiga golongan besar tersebut ! Diskusikanlah dengan teman kelompokmu.
3. Tulislah perbedaan tersebut pada tabel dibawah ini !

No.	NAMA HEWAN	PERBEDAAN	KELOMPOK
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			

4. Tulislah kesimpulan dari hasil kegiatan tersebut pada buku tugasmu !

E. Rangkuman

Pada umunya bahan–bahan (*ingredient*) dibagi menjadi 2 golongan, yaitu :

A. Bahan–bahan yang termasuk golongan *perishables*, yaitu bahan segar (*fresh*), bahan–bahan yang telah diawetkan, dalam penyimpanannya memerlukan ruangan yang mempunyai temparetur tertentu seperti :
   - Segala macam sayur segar dan buah–bauahan : 7° – 10°C.
   - Segala jenis daging dan unggas (*poultry*) : 0° – 4°C.
   - Segala jenis ikan dan *shelfish* : 0° – 5°C.
   - Segala jenis telur : 10°C.
   - *Juice*, *Yoghurt*, dan *milk* : 4° – 8°C.
   - *Ice Cream* dan *Frozen Food* : 18° – 30°C.

B. Bahan–bahan yang termasuk golongan *groceries*, yaitu bahan yang telah diawetkan dan memakai kemasan dari kaleng, botol, atau dalam bungkusan karton, diberi label, dan tanggal kadaluarsa. Dalam penyimpanannya bahan–bahan tersebut memerlukan ruangan yang sejuk dan berventilasi cukup.

C. Hewan yang dikonsumsi oleh manusia dibagi dalam 3 golongan besar, yaitu :
   1. Binatang yang berkaki empat, seperti : *beef*, *pork*, *veal*, *lamb*, dan lain–lain.
   2. Binatang sejenis unggas (*poultry*), seperti ; *chicken*, *turkey*, *duck*, burung dara, dan lain–lain. Daging unggas terdiri dari dua macam, yang dikenal dengan ; *white meat* (bagian dagingnya putih dan lunak), serta *dark meat* (bagian dagingnya keras dan berwarna).

D. Binatang sejenis ikan dan hasil laut lainnya, biasanya dikenal dengan sebutan *seafood*. Yang terkenal diantaranya : *tuna*, *mackerel*, *lobster*, *salmon*, *shrimps*, *prawn*, *crab*. Hasil laut sejenis kerang (*shellfish*), seperti : *oyster*, *mussel*, *escargot*, *crabmeat*, *scallops*, dan lain–lain.

F. Evaluasi Kegiatan Belajar 2

1. Aapakah yang harus diperhatikan jika menyimpan daging ?
2. Hal–hal apa sajakah yang harus diperhatikan apabila membeli bahan–bahan groceries ? Jelaskan !
3. Bagaimanakah cara menyimpan *shellfish* yang benar agar tahan lama ?
4. Apa yang terjadi apabila ikan segar disimpan berdekatan dengan keju ? Jelaskan !

BAB 2

Kegiatan Belajar 3

PENGENALAN BUMBU-BUMBU

Apa yang kalian butuhkan agar masakan terasa enak/sedap ? Pernahkah kalian makan di restoran ? Perhatikan masakan yang sedang kalian makan ! Pada saat mencicipi makanan, kalian merasakan ada berbagai bumbu yang digunakan, rasa yang berbeda, serta aroma yang memikat.



A. Kategori Bumbu Menurut Asalnya

ada dua, yaitu:

1. Bumbu lokal.
2. Bumbu import.

Cobalah kalian cari macam–macam bumbu yang termasuk bumbu lokal dan bumbu import.

Tulislah pada tabel dibawah ini!

No.	BUMBU LOKAL	BUMBU IMPORT
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		

Cocokkanlah jawaban kalian pada keterangan berikut ini !

1. Yang termasuk bumbu lokal, contohnya :


Tumeric (kunyit)


Nutmeg (pala)



Cumin Seed (jintan)



Cumin (jintan)


Ginger (jahe)


Coriander (ketumber)


Black Pepper (lada hitam)


White Pepper (lada putih)


Candle Nut (kemiri)


Palm Sugar (gula merah)

Gambar 2. 18 Bumbu Lokal

2. Yang termasuk bumbu import, contohnya :



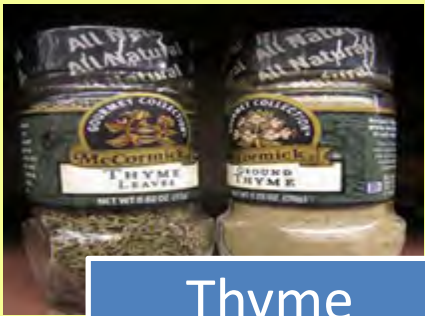
Basil



Basil



Thyme



Thyme



Bay Leave



Bay Leave



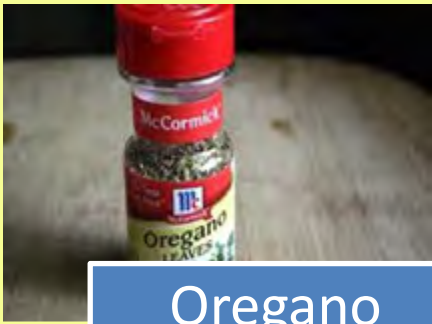
Rosemary



Rosemary



Oregano



Oregano



Taragon



Taragon



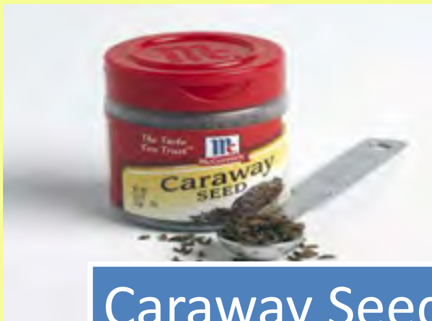
Paprika



Paprika



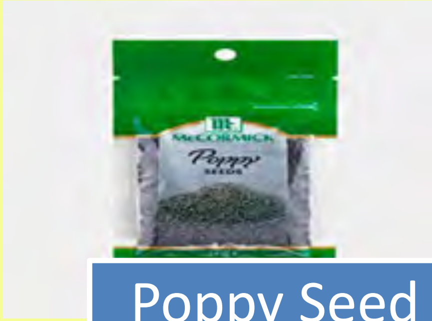
Caraway Seed



Caraway Seed



Poppy Seed



Poppy Seed



Marjoram



Marjoram



Sage



Sage



Cayenne Pepper



Cayenne Pepper





Gambar 2. 19 Bumbu Import

Dari kegiatan tersebut apakah kamu mudah mempelajarinya ?



INGATLAH

Selain macam–macam bumbu diatas, masih ada bumbu yang berupa sayuran disebut *aromates* (pemberi aroma/bau harum), seperti : *mirepoix* dan *bouquet garni*.

Mirepoix adalah sayuran yang dipotong kasar, terdiri dari : bawang bombay (onion), wortel (*carrot*), dan seledri (celery) yang digunakan untuk pembuatan kaldu (*stock*). Sedangkan *bouquet garni* adalah ikatan bumbu–bumbu yang terdiri dari : *thyme*, *parsley* (peterseli), *bay leaves*, dan batang seledri (*celery stalk*) yang diikat menjadi satu.

Pada pembuatan saos (*sauce*), bouquet garni dipakai sebagai unsur *aromates* yang membuat saos lebih sedap. Bahannya terdiri dari : wortel (*carrot*), daun bawang (*leek*), batang seledri (*celery stalk*), ditambah *herbs and spices* (bumbu berupa daun). Semua diikat menjadi satu, memakai kain kasa agar saos tidak kotor.

Jika membuat saos dalam jumlah banyak, maka *mirepoix* tidak perlu diikat tetapi diiris kasar, karena akan disaring pada akhir proses dengan menggunakan *conical strainer* atau *chinois*.

Bahan lain yang diperlukan, seperti ; white wine (anggur putih) atau red wine (anggur merah). Pad

Untuk saos coklat atau *demiglace* dapat memakai *red wine*, atau *bristol cream cherry* sebagai aroma. Pemberian anggur harus pada akhir proses, yaitu disaat saos sudah disaring, karena anggur yang di–simmer akan hilang aromanya bersama uap.



B. Klasifikasi Dan Bentuk–Bentuk Bumbu (*Herbs*)

Bumbu yang digunakan sehari–hari biasanya menggunakan bumbu segar. Sebaliknya bumbu import rata–rata merupakan produk *convenience* (kemasan siap pakai) dan berbentuk *powdered spices* (bubuk) yang terbatas oleh tanggal kadaluarsa.

Bagaimanakah cara mengklasifikasikan bumbu ?
Lakukan langkah–langkah berikut.

1. Perhatikan dan amati bumbu–bumbu berikut ini !






















McCormick
Rosemary Leaves


McCormick
Tarragon Leaves










KRAFT
Horseradish









Tulislah pada tabel berikut ini !

No.	BENTUK BUMBU	CONTOH
1.	Buah atau kulit buah	
2.	Bunga atau putiknya	
3.	Daun	
4.	Kulit	
5.	Akar	
6.	Bongkol atau *bulb*	

Bumbu dapat berupa bumbu utuh (*whole*) atau sudah digiling (*ground spices*), pasta atau *emulsi*. Pasta disini harus dibedakan dengan pasta pada masakan Italia, contohnya : *tomato paste* yang digunakan pada pembuatan *brown sauce*.

Emulsi contohnya :
mayonnaise siap pakai, *mustad paste*, dan *shrimp paste* (terasi).

Bumbu berbentuk cairan contohnya :
maggie sauce, *worcestershire sauce*, *mint sauce*, dan ada beberapa yang berbentuk *essence*, contohnya : *vanilla essence*.

Bumbu berbentuk kristal dan bubuk, contohnya :
maggie block, *royco*, *masako*.

Semua bumbu diatas dapat kalian temui di pasar tradisional atau supermarket.



C. Teknik Menyimpan Bumbu (*Herbs*)

Penyimpanan bumbu harus dilakukan dengan cara yang baik, dijaga kebersihan tempatnya, serta alat yang digunakan agar aroma dari bumbu tidak hilang.

Bagaimana teknik menyimpan bumbu yang baik ?

Lakukan langkah–langkah berikut ini !

1. Buatlah kliping tentang teknik menyimpan bumbu !
2. Jika mengalami kesulitan kalian bisa mencari sumber–sumber di buku, majalah, atau di internet !
3. Kumpulkan kliping pada gurumu !



INGATLAH
Berbagai macam bumbu (*herbs*) yang biasa dipakai untuk menyiapkan masakan nasional maupun asing banyak dijual di pasar tradisional maupun supermarket.

D. Jelajah

Buatlah kelompok yang terdiri atas 4–5 orang. Carilah informasi yang meliputi hal– hal berikut :

Bumbu–bumbu tabel berikut di buku, majalah, supermarket atau internet, tuliskan kegunaannya !

No.	Nama Bumbu	Kegunaannya
1.	*Allspice*	
2.	*Aniseed*	
3.	*Cayenne Pepper*	
4.	*Chilli Powder*	
5.	*Paprika*	
6.	*Cumin*	
7.	*Nutmeg*	
8.	*Mace*	
9.	*Poppyseed*	
10.	*Sesame Seed*	
11.	*Cardamon*	
12.	*Caraway Seed*	
13.	*Fennel*	
14.	*Black Pepper*	
15.	*White Pepper*	
16.	*Capers*	
17.	*Clove*	
18.	*Saffron*	
19.	*Bay Leaves*	
20.	*Thyme*	
21.	*Tarragon*	
22.	*Basil*	
23.	*Oregano*	
24.	*Marjoram*	
25.	*Mint*	
26.	*Chives*	
27.	*Sage*	
28.	*Parsley*	
29.	*Rosemary*	
30.	*Cinnamon*	
31.	*Horseradish*	
32.	*Turmeric*	
33.	*Garlic/Garlic Powder*	
34.	*Onion*	
35.	*Shallot*	
36.	*Ginger*	

Buatlah laporan secara lengkap dan sistematis, bila perlu dilengkapi dengan foto, kemudian kumpulkan pada gurumu dan mintalah pendapatnya !

E. Refleksi

Klasifikasi dan bentuk–bentuk bumbu sangat diperlukan sehingga memudahkan kita untuk mempelajarinya. Bumbu–bumbu tersebut dapat digunakan pada masakan nasional maupun asing. Menurut kalian, apa yang akan terjadi jika masakan tidak ada bumbunya ?

F. Rangkuman

Bumbu yang digunakan sehari–hari biasanya menggunakan bumbu segar atau kering.

Bentuk bumbu dapat dikalsifikasikan berdasarkan :

1. Buah atau kulit buah
2. Bunga atau putik
3. Daun
4. Kulit
5. Akar
6. Bongkol atau *bulb*

Penyimpanan bumbu harus diperhatikan kebersihan tempatnya, botol penyimpanannya, agar aroma dari bumbu tersebut tidak hilang. Bumbu kering disimpan pada ruangan yang sejuk dan berventilasi. Bumbu segar seperti : kunyit, jahe, dan sejenisnya jangan disimpan dalam plastik, biarkan diudara terbuka. Khusus untuk garam yang halus dimasukkan dalam *shaker*, sedangkan yang kasar dimasukkan dalam *container* yang bersih. Jangan menyimpan bumbu yang sudah tidak layak pakai lagi.

G. Evaluasi Kegiatan Belajar 3

Setelah kalian mempelajari mengenai bumbu, sekarang uji dirimu dengan menjawab soal–soal berikut ini !

1. Mengapa bumbu segar tidak boleh disimpan dalam plastik ? Jelaskan !
2. Bumbu yang berbentuk cairan dan pasta banyak digunakan dalam masakan asing. Berikan contohnya !
3. Jelaskan bumbu yang digunakan sebagai *garnish* pada pembuatan roti !
4. Sebutkan bumbu yang digunakan sebagai pemberi aroma pada kue lapis legit !
5. Isilah tabel berikut dengan lengkap dan benar.

No.	Nama Bumbu	Kegunaan
1.	Allspice	
2.	Bay Leaves	
3.	Chilli Powder	
4.	Oregano	
5.	Paprika	
6.	Thyme	

BAB 2

Kegiatan Belajar 4

SAYURAN *(VEGETABLES)*

Pada Bab II, kalian sudah mempelajari berbagai jenis bahan–bahan (ingredient) yang sering digunakan dalam kehidupan sehari–hari. Bahan–bahan tersebut dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu : bahan–bahan yang termasuk golongan *perishables* dan *groceries*. Pada Bab V ini, kalian akan belajar tentang sayuran (*vegetables*).

Dalam pengolahan makanan yang dimaksud dengan sayuran (*vegetables*) adalah semua jenis tanaman kebun yang dapat dimakan, baik yang diambil dari bagian akar, batang, maupun daun. Beberapa jenis sayuran dapat dimakan langsung dalam keadaan mentah dan beberapa jenis lainnya dimakan setelah dimasak.



A. Bagaimana cara mengelompokkan sayuran *(vegetables)*

Lakukan langkah–langkah berikut.

1. Perhatikan dan amati sayuran berikut ini !



















2. Tulislah pengelompokannya menurut jenis pada tabel di bawah ini!

No.	Kelompok	Nama Sayuran
1.	*Roots* (akar–akaran)	
2.	*Tuber* (umbi–umbian)	
3.	*Bulbs* (bawang–bawangan)	
4.	*Stems* (tunas)	
5.	*Leaves* (daun)	
6.	*Vegetable Fruits* (sayuran buah)	
7.	*Flowers* (bunga)	
8.	*Pods and Seeds* (kacang–kacangan)	
9.	*Sprouts* (tunas)	

3. Diskusikan hasil pekerjaannu dengan kelompok dan lengkapi dengan sayuran tersebut dijual dalam keadaan apa! Pilih salah satu dari : *fresh* (segar), *canned vegetables* (dalam kaleng), *frozen* vegetables (beku diungkus dalam karton), dikeringkan, dan dijadikan acar (*pickles*).
4. Kesimpulan apa yang didapatkan dari kegiatan ini ?
5. Buatlah laporan kegiatan ini, kemudian presentasikan di kelas !
6. Susunlah laporan tersebut pada guru dan mintalah pendapatnya !



INGATLAH

Untuk sayuran segar, cara penyimpanannya sebagai berikut :

a. Disimpan dalam tempat yang cukup dingin.
b. Tidak tertutup dalamnya agar sirkulasi udara, *texture* (susunan/jaringan serat), *flavor* (aroma), *colour* (warna), *nutrients* (vitamin dan mineral) tetap terjamin/terjaga.

B. Macam–macam sayuran *(vegetables)*

Sayuran termasuk bahan yang mengandung sedikit kalori, tetapi merupakan bahan pangan yang sehat. Kandungan mineral dan vitamin yang tinggi serta rasa menentukan kesegaran sayuran. Selain itu sayuran juga banyak mengandung serat yang baik bagi pencernaan tubuh.

1. Jenis Sayuran

Berdasarkan persiapan dan persediaan dalam dapur kontinental, sayuran terbagi menjadi:

a) Sayuran Segar
Sayuran yang didapat dalam keadaan segar dan dikonsumsi dengan atau tanpa pengolahan lebih lanjut.

b) Sayuran dalam kaleng
Sayuran yang disimpan dan diawetkan dalam kaleng. Untuk sayuran dalam kaleng, biasanya warna sayuran akan terlihat lebih pucat.

c) Sayuran yang dikeringkan
Sayuran yang dikeringkan dengan proses pengeringan dengan mesin ataupun melalui proses penjemuran.

d) Sayuran yang dibekukan
Sayuran yang diawetkan dengan cara membekukan pada suhu dibawah 0°C.

e) Sayuran yang difermentasi
Sayuran yang diawetkan dengan proses fermentasi. Biasanya sayuran difermentasi dengan proses pengasinan.

C. Bagaimana memilih sayuran yang baik

Lakukan langkah–langkah berikut ini !

1. Buatlah kliping mengenai cara memilih sayuran yang baik.
2. Catatlah hasilnya di buku tugasmu !
3. Cocokkan jawaban kalian dengan informasi di bawah ini !

Secara umum, beberapa hal yang harus diperhatikan dalam pemilihan sayuran, yaitu :

a) Pilih sayuran yang masih segar, tampak bersih, tidak diselubungi kotoran atau tanah serta tidak ada bekas gigitan hama.
b) Pilih sayuran yang masih utuh, tidak terlihat sobek, luka memar bekas benturan, bercak-bercak, busuk, berlendir atau warnanya pudar.
c) Pilih sayuran yang berukuran kecil dan muda untuk memperoleh tekstur yang empuk.
d) Pilih sayuran yang tidak terlalu lembab atau basah agar kerusakan sayuran dapat dicegah. Hindari memilih sayuran yang terbungkus dalam plastik yang rapat, karena sayuran mudah berkeringat sehingga cepat mengalami kerusakan.

D. Bagaimana cara memilih sayuran berdasarkan penggolongannya

1. Buatlah kelompok diskusi, terdiri atas 5 orang ! Dskusikan cara memilih sayuran berdasarkan penggolongannya !
2. Kemudian catat informasi apa saja yang kalian peroleh !
3. Bandingkan dengan kelompok lain !
4. Tulislah kesimpulan dari hasil diskusi pada buku tugas dan kumpulkan pada gurumu !

Bandingkan dan Simpulkan
Bandingkan hasil kalian dengan informasi berikut ini !
Pemilihan Berdasarkan Penggolongan Sayuran

a) Berasal Dari Daun (*Leaf Vegetables*)
   - Pilih daun yang berwarna cerah, tidak buram dan belum menguning.
   - Daun tidak sobek dan berlubang.
   - Tulang daun terlihat jelas.
   - Batang daun mudah dipatahkan.
   - Daun tidak terlalu tua.

   Contoh sayuran yang berasal dari daun : bayam *(spinach),* selada *(lettuce),* kol *(cabbage),* kol merah *(red cabbage).*

b) Berasal Dari Buah (*Fruit Vegetables*)
- Tidak pecah dan memar.
- Tidak berair, lunak, dan berbau busuk.
- Pilih yang sudah masak.
- Tidak ada bekas gigitan hewan atau serangga.

Contoh sayuran yang berasal dari buah : tomat (*tomato*), terung (aubergine/eggplant), okra (*lady finger*), timun (*cucumber*), dan labu (*pumpkin*).

c) Berasal Dari Umbi (*Tuber*)
- Umbi tidak berlubang.
- Umbi tidak berair dan tidak lunak.
- Kulitnya tidak terkelupas.
- Lapisan luar masih menempel dengan baik.
- Lapisan luar telah dalam keadaan bersih.

Contoh sayuran yang berasal dari umbi :
- Umbi akar (*root*) : wortel (*carrot*), bit (*beet*), lobak (*radish*), ubi jalar (sweet *potatoes*), kentang (*potato*).
- Umbi lapis (*bulb*) : bawang puth (*garlic*), bawang merah (shallot), bawang bombay (*onion*), daun bawang (*leeks/spring onion*).

d) Berasal Dari Bunga (*Flower Vegetables*)
- Pilih yang segar dan berwarna cerah.
- Pilih yang berbunga rata dan penuh.
- Tidak ada ulat atau bekas gigitan hewan lainnya.

Contoh sayuran yang berasal dari bunga : brokoli (*broccoli*), kembang kol (*cauliflower*), *artichoke*.

e) Berasal Dari Tunas dan Tangkai (*Stems and Tuber Vegetables*)
- Pilih yang masih muda dan masih segar.

Contoh sayuran yang berasal dari tunas : asparagus, rebung (*bamboo shoot*), seledri (*celery*).

f) Berasal Dari Biji/kacang–kacangan (*Pods and Seeds*)
- Pilih sayuran yang masih muda dan mudah dipatahkan.
- Batas antara biji belum jelas.
- Bentuk polong silindris.
- Tidak berlubang–lubang dan berbintik–bintik.
- Isi penuh, tidak keriput, dan warnanya masih mengkilap.
- Permukaan baik, tidak ada noda karena jamur atau kotoran.

Contoh sayuran yang berasal dari biji/kacang–kacangan : buncis (*green beans*), kacang polong (*peas*).

g) Mushroom
- Pilihlah yang masih dalam keadaan segar.
- Tidak mengeluarkan cairan atau telah lembek dan berlendir.

Contoh : jamur kancing (*botton mushroom*).

BERPIKIR KRITIS

Jika kalian di tugaskan untuk berbelanja sayuran, apakah kalian pergi ke pasar tradisional atau supermarket 1 Jelaskan mengapa kalian menjawab seperti itu !

E. Macam-macam Potongan Sayuran

Bermacam–macam bentuk potongan sayuran yang digunakan dalam hidangan seperti : *soup*, *salad* (pembuka dingin) dan pelengkap hidangan utama. Beberapa jenis potongan yang umum digunakan, antara lain :

1) *Chiffonnade*

Mengiris halus daun selada atau sayuran dengan tebal 0,1–0,2 mm dari daun seperti ; bayam, kol merah dan digunakan sebagai hiasan (*garnish*) contohnya : *seafood cocktail*, *consommé*.

Langkah–langkah memotong :





Sumber : *hwcboga.blogspot.com*



Sumber : www.wikihow.com

Gambar 2. 20 Potongan Chiffonade

2) *Brunoise*

Dipotong berbentuk kubus 5 mm x 5 mm x 5 mm, biasa digunakan sebagai hiasan (*garnish*) untuk *consommé* dari wortel, bawang bombay, lobak, dan seledri. Contoh : *Fish Escabeche*.

Langkah–langkah memotong :



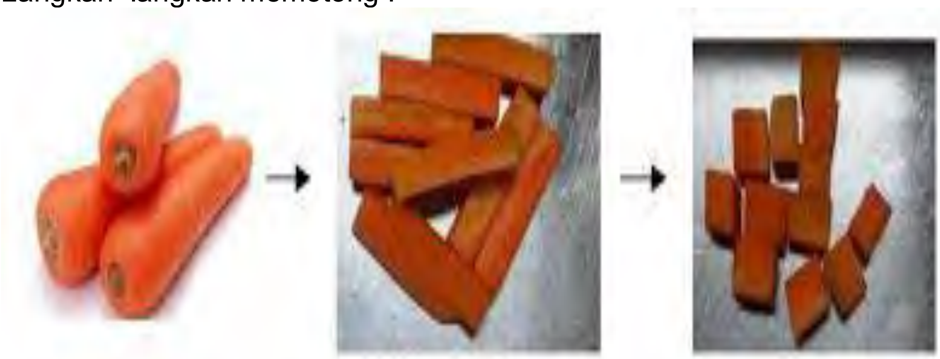
Sumber : *hwcboga.blogspot,com*

Gambar 2. 21 Potongan Brunoise

3) *Macedoine*

Buah–buahan atau sayuran dipotong kubus atau dadu 1cm x 1cm x 1 cm. Biasanya digunakan pada kentang, wortel, lobak, papaya, dan apel.

Langkah–langkah memotong :







Sumber : *hwcboga.blogspot.com* Sumber : *www.'all4food.net*
Gambar 2. 22 Potongan *Macedoine*

4) *Paysanne*
Potongan dengan tipis 1 cm x 1 cm x 0,2 mm berbentuk segi empat, segi tiga, atau 15 mm bentuk bulat. Umumnya digunakan sebagai hiasan (*garnish*) untuk sup seperti : *minestrone soup*.
Langkah–langkah memotong :





Sumber : *www.all4food.net*
Gambar 2. 23 Potongan *Paysanne*

5) *Julienne*

Potongan strip halus 5–7 cm x 0,1 mm x 0,1 mm. Diterapkan pada daging seperti : ham atau lidah, dan sayuran seperti ; daun bawang, kol, bawang bombay, digunakan sebagai hiasan (*garnish*) contohnya : *coleslaw salad*.

Langkah–langkah memotong :



Sumber : *stellaculinary.com*





Sumber : *hwcboga.blogspot.com* Sumber : www.all4food.net

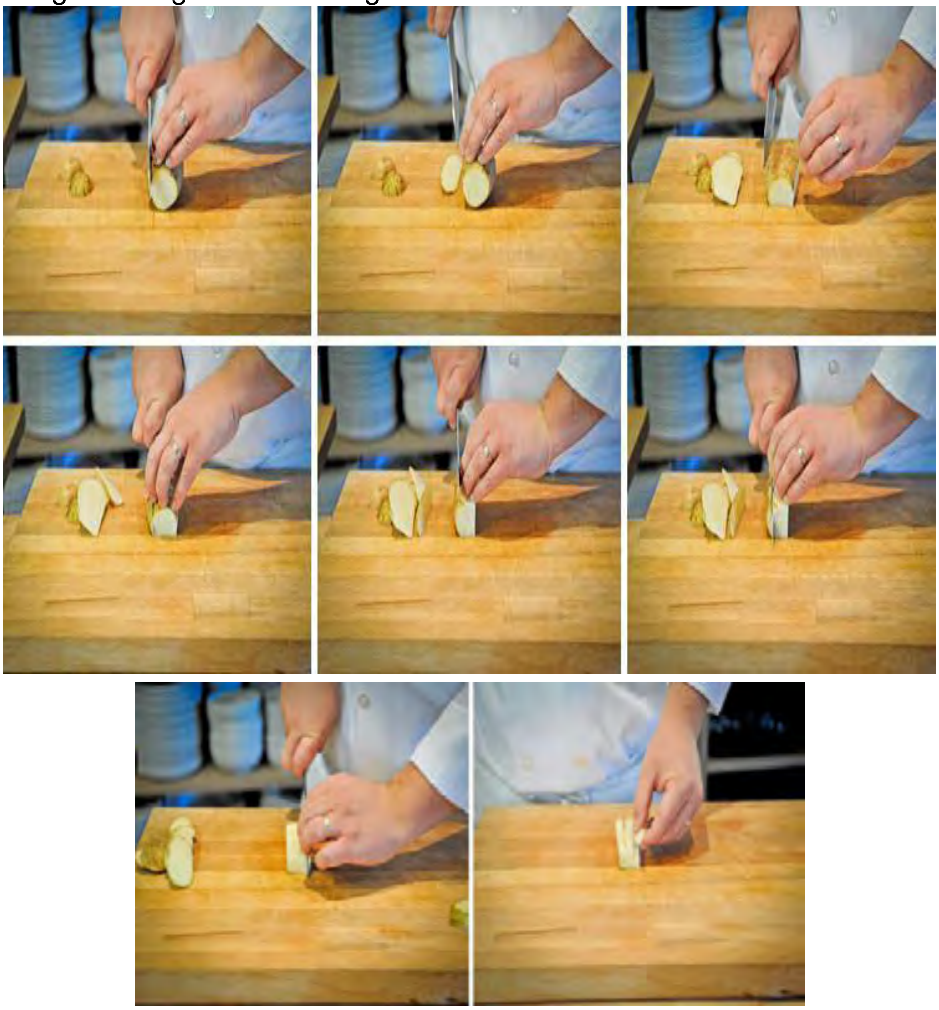
Gambar 2. 24 Potongan *Julienne*

6) *Jardiniére*

Potongan dengan ukuran 0,5 mm x 0,5 mm x 0,2 mm, disebut juga *batonettes de legumes*.

Digunakan sebagai hiasan, contoh : *oxtail jardiniére*.

Langkah–langkah memotong :



Sumber : *stellaculinary.com*





Sumber : *hwcboga.blogspot.com* Sumber ; www.all4food.net

Gambar 2. 25 Potongan *Jardiniere*

7) *Mirepoix*
Potongan sayuran dengan ukuran 2 mm x 2 mm x 2 mm.
Campuran berbagai sayuran seperti : bawang bombay, wortel, seledri, dan daun bawang yang dipotong dadu kasar, digunakan sebagai dasar saos (*sauce*).



Sumber : www.all4food.net
Gambar 2. 26 Mirepoix

8) *Chopped*
Mencincang sayuran sampai halus atau kasar seperti : *onion*, *garlic*, *shallot*, *parsley*. Digunakan sebagai *garnish* (hiasan), atau sebagai bahan pengisi.



Sumber : www.google.com
Gambar 2. 27 *Chopped*

9) *Cube/Dice*

Potongan dadu dengan ukuran 5 cm x 0,5 mm x 9,5 mm, ada yang besar, sedang dan kecil. Digunakan pada wortel, kentang, tomat, daging. Biasanya digunakan pada soup seperti : *vegetables soup*.

Langkah–langkah memotong :



Sumber : *stellaculinary.com*



Cube



Medium Dice



Large Dice

Sumber : *jsonline.com*

Gambar 2. 28 Potongan *Cube/Dice*

10) *Slice*

Mengiris tipis sayuran sesuai bentuk seperti : *cucumber*, *carrot*, *onion*, *tomato*. Digunakan pada *salad*, *sauté vegetables*.

Cara mengiris sayuran :



Sumber : *quericavida.com*



Sumber : *rgbstock.com*



Sumber : *stellaculinary.com*

Pada bawang bombay dikenal dengan *emince* yaitu : memotong tipis–tipis.



Sumber : *howtofood.net*

Slice pada buncis (*string beans/green beans*)



Sumber : seriouseats.com
Gambar 2. 29 Potongan *Slice*

11) *Shred*
Potongan seperti slice tetapi dengan ketebalan 1 cm, dilakukan pada *lettuce*, ayam dan lain–lain. Digunakan untuk *salad*, soup.





Sumber : www.bhg.com
Gambar 2. 30 Potongan *Shred*

12) *Losange/Diamond Shape*
Potongan miring dengan ketebalan 0,5 cm.





Sumber : *hotelmule.com*



Sumber : *naliniscooking.com*
Gambar 2. 31 Potongan *Losange/Diamond Shape*

13) *Section/Wedges*
Potongan yang biasanya digunakan untuk tomat, lemon, limau.





Sumber : *theyummylife.com* Sumber : *theshiksa.com*
Gambar 2. 32 Potongan Section/Wedges

14) *Turning*

Potongan segi lima atau melengkung, biasa digunakan pada wortel, lobak. Contoh : *sauté vegetables*.



Sumber : *youtube.com*

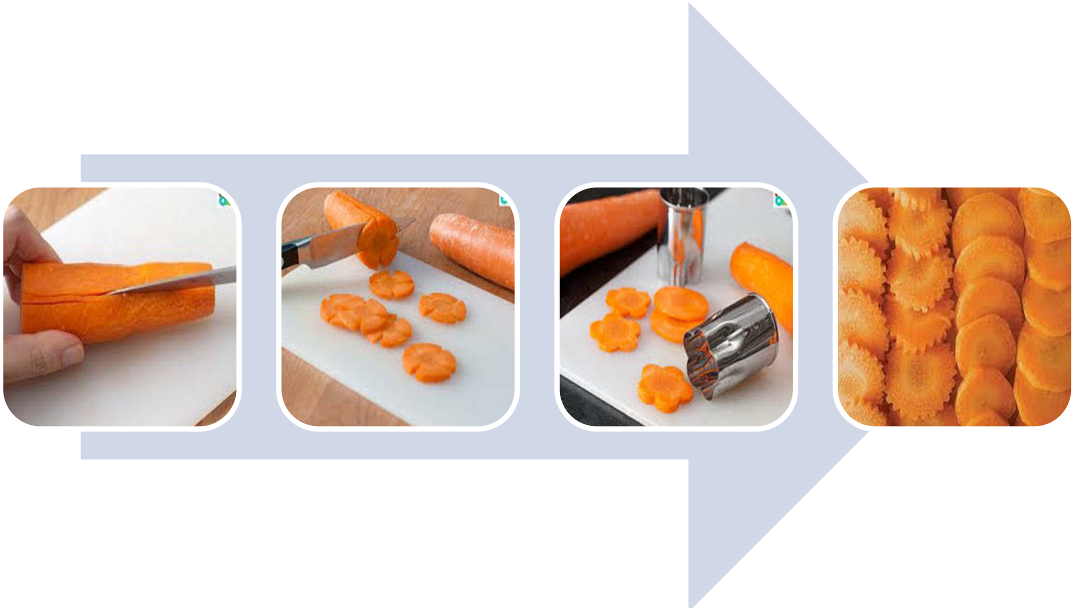


Sumber : *whiskblog.com*

Gambar 2. 33 Potongan *Turning*

15) *Vichy*

Potongan menurut bentuk dengan ketebalan 2 mm, biasa digunakan untuk wortel.



Sumber : *noobcook.com*

Gambar 2. 34 Potongan *Vichy*

16) *Florets*
Sayuran yang dipotong per kuntum bunga, biasa digunakan pada *broccoli*, dan *cauliflower*.



Sumber : seededatthetable.com



Sumber : *indiamart.com*

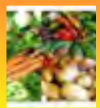


Sumber : *www.google.com*

Gambar 2. 35 Potongan *Florets*



PENERAPAN
Kalian dapat mencoba potongan sayuran diatas baik secara individu maupun kelompok. Kegiatan ini dapat dilakukan di sekolah dan dilanjutkan berlatih di rumah. Hasil dari potongan sayuran tersebut dapat diperlihatkan pada gurumu !



F. Macam-macam Metode Memasak Sayuran (*Vegetables*)

1) *Blanching*
   Adalah proses dimana makanan direbus sampai mendidih dengan cepat dalam air panas, dan direbus dalam waktu yang singkat. Makanan kenudian disegarkan kembali dengan dibilas atau dimasukkan kedalam air dingin (es) untuk menghentikan proses memasak. *Blanching* sering digunakan sebagai proses pendahuluan untuk prinsip memasak lainnya.
   Langkah–langkah *blanching* :



Gambar 2. 36 Metode *Blanching*

2) *Boiling*
Adalah memasak makanan didalam air mendidih yang jumlahnya (dalam volume) lebih banyak dari pada makanan yang dimasak, sehingga makanan yang dimasak dapat terendam seluruhnya.
Langkah–Langkah merebus (*boiling*) :



Sumber : www.google.com
Gambar 2. 37 Metode *Boiling*

3) *Braising*

Adalah merebus makanan dalam cairan yang jumlahnya sedikit lebih banyak dari bahan makanan (menutupi bahan makanan) dan dimasukkan didalam *oven*. Cairan yang dipergunakan dalam teknik braising adalah kaldu (*stock*). Daging yang dimasak dalam teknik ini akan diproses perlahan–lahan didalam cairan yang pekat dan panas yang cukup tinggi karena dilakukan dalam alat yang ditutup rapat.

Langkah–langkah *braising* :







Sumber : www.google.com

Gambar 2. 38 Metode *Braising*

4) *Etuver*

Biasanya digunakan untuk beberapa macam sayuran yang banyak mengandung air, seperti : tomat, *cucumber*, labu (*squash*), dan lain–lain. Proses pengolahannya : *baking pan* diolesi dengan butter, atur sayuran diatasnya, lalu ditutup, dimasak dengan api kecil. Selain rasa asli tidak berubah karena dimasak dengan air yang keluar dari sayuran tersebut, nilai nutrisinya juga tidak hilang.

Langkah–langkah *etuver* :



Sumber ; www.apprendrelacuisine.com

Gambar 2. 39 Metode *Etuver*

5) *Glazing*

Sayuran yang akan dimasak dipotong dalam potongan kecil, dibentuk *turning*, diberi *butter*, gula sedikit, dan air sebatas permukaan. Cairan yang ada setelah beberapa saat akan terserap sehingga gulanya berubah menjadi sirup dan memberi warna cemerlang pada sayuran tersebut. Sayuran yang biasa digunakan adalah wortel dan macam–macam lobak.

Langkah–langkah *glazing* :



Sumber : www.google.com

Gambar 2. 40 Metode *Glazing*

6) *Steaming*
Teknik *steaming* (mengukus) adalah mengolah bahan makanan dengan menggunakan uap air mendidih (100° C) dalam suatu tempat yang tertutup. Contoh : *steam rice*, *steam potatoes*, *steam vegetables*.
Langkah–langkah *steaming* :



Sumber : www.wikihow.com
Gambar 2. 41 Metode *Steaming*

7) *Sautéeing*
Biasa dikenal dengan menumis, yaitu memasak bahan makanan dengan sedikit minyak atau menggunakan *butter*.
Langkah–langkah sautéing :



Sumber : www.wikihow.com



Sumber : www.wikihow.com
Gambar 2. 42 Metode *Sauteeing*

8) *Au Gratin*

Memasak dengan cara *au gratin* bertujuan mematangkan permukaan masakan dengan panas dari atas, tetapi bahannya sudah dimatangkan terlebih dahulu. Fungsinya hanya untuk mencari warna dari permukaan masakan. Alat yang tepat untuk *au gratin* adalah : *salamander*.

Langkah–langkah *au gratin* :



Sumber : www.google.com

Gambar 2. 43 Metode Au Gratin

9) *Deep Fried*

Menggoreng dengan minyak banyak hingga bahan yang dimasak tenggelan kedalam minyak. Alat yang digunakan *fryer* (penggorengan), contohnya : *cauliflower*, eggplants.

Langkah–langkah *deep fried* :



Sumber : www.google.com

Gambar 2. 44 Metode *Deep Fried*

G. Tugas Proyek

Lakukanlah langkah–langkah berikut :

1. Buatlah kelompok dengan temanmu 2–3 orang.
2. Berilah keterangan dari langkah–langkah metode memasak sayuran diatas secara berurutan !
3. Laporkan hasil kegiatanmu dan serahkan kepada gurumu !

H. Rangkuman

Sayuran (*vegetables*) adalah semua jenis tanaman kebun yang dapat dimakan, baik yang diambil dari bagian akar, batang, maupun daun. Beberapa jenis sayuran dapat dimakan dalam keadaan mentah, dan beberapa jenis lainnya dimakan setelah dimasak.

Sayuran (vegetables) dapat dikelompokkan menurut jenisnya, seperti :

a. *Roots* (akar), contoh : *sweet potatoes*, *beets*, *carrot, parsnip*.
b. *Tuber* (umbi–umbian), contoh ; *potato*, *red radish*.
c. *Bulbs* (bawang), contoh : *onion*, *garlic*, *shallot*, *leeks*.
d. *Stems* (tunas), contoh : *asparagus*, *bamboo shoot*, *celery*.
e. *Leaves* (daun), contoh : *spinach*, *cabbage*, *red cabbage*, *lettuce*.
f. *Vegetable Fruits* (sayuran buah), contoh : *tomato*, *eggplant*, *squash*, *pumpkin*, *cucumber*.
g. *Flowers* (bunga), contoh : *cauliflower*, *broccoli*, *artichoke*.
h. *Pods and Seeds* (kacang–kacangan), contoh : *green beans*, *peas*, *lima beans*.
i. Sprouts (tunas), contoh : *bean sprouts*, *alfalfa sprouts*.

Sayuran djual dalam keadaan :

1. *Fresh* (segar).
2. *Canned Vegetables* (dalam kaleng).
3. *Frozen Vegetables* (beku dibungkus dalam karton).
4. *Dried* (dikeringkan).
5. *Pickles* (dijadikan acar).

Cara penyimpanan sayuran : disimpan dalam tempat yang cukup dingin, tidak tertutup dalamnya agar sirkulasi udara tetap terjamin.

Macam–macam potongan sayuran (*vegetables*) yaitu :

1. *Chiffonnade*
2. *Brunoise*
3. *Macedoine*
4. *Paysanne*
5. *Julienne*
6. *Jardiniere*
7. *Mirepoix*
8. *Chopped*
9. *Cube/Dice*
10. *Slice*
11. *Shred*
12. *Losange/Diamond Shape*
13. *Section/Wedges*
14. *Turning*
15. *Vichy*
16. *Florets*

I. Evaluasi Kegiatan Belajar 4

REVIEW

Cara memilih sayuran yang baik dapat diperhatikan beberapa hal :

1. Apa yang menjadi obyek pengamatan dalam memilih sayuran yang baik !
2. Berdasarkan penggolongannya, sayuran harus yang masih muda dan warnanya mengkilap.
   Berikan penjelasan bagaimana cara kalian memilih sayuran di sekitar berdasarkan pengetahuan yang kalian miliki !
3. Buatlah bagan penggolongan sayuran (*vegetables*), dan berikan contohnya !
4. Carilah gambar tentang macam–macam potongan sayuran (*vegetables*), kemudian buat laporannya !
5. Bagaimana cara menyimpan sayuran agar tetap segar ?

J. Tugas Proyek

Kalian dapat membuat macam–macam potongan sayuran dari bahan–bahan yang ada di sekitarmu. Bahan–bahan yang dapat dipakai untuk membuat macam–macam potongan sayuran diantaranya : kayu, gabus, kertas, atau benda sebenarnya.

Kegiatan tersebut dilakukan secara berkelompok, setiap kelompok harus memilih bahan yang berbeda. Presentasikan hasil kalian di depan kelas. Selamat mencoba !

BAB
2

Kegiatan Belajar 5

KENTANG *(POTATOES)*

Kalau tadi kalian sudah mempelajari bagaimana cara memotong sayuran dengan berbagai macam potongan, maka sekarang kalian akan mempelajari cara memotong kentang.



A. Pengelompokkan Kentang (*Potatoes*)

Kentang merupakan salah satu makanan pokok di dunia. Komposisi kentang yaitu : 80% mengandung air, 18% zat tepung (*starch*), 2% *protein*, dan gula (*sugar*) sehingga cepat mengenyangkan perut, mudah dicerna dibandingkan dengan roti karena mengandung *karbohidrat* yang lebih sedikit. Disamping ityu kentang juga mengandung vitamin C, *thyamin*, dan *nicotine acid*.

Kentang dikelompokkan menjadi 2, yaitu :

a. *New Potatoes/Waxy Potatoes*
b. *Mature/Old/Strachy Potatoes*

Lakukanlah langkah–langkah berikut ini !

1. Buatlah kliping tentang pengelompokkan kentang !
2. Sebutkan teknik memasak dan contoh masakannya ! Catatlah dibuku tugasmu !
3. Jika mengalami kesulitan kalian bisa mencari sumber–sumber di buku, majalah, atau internet !
4. Kumpulkan kliping pada gurumu !

Bandingkan dan Simpulkan !

Bandingkan jawaban kalian dengan informasi berikut ini :

a. *New Potatoes/Waxy Potatoes* : kentang ini mengandung kadar gula yang tinggi, dan sedikit zat tepung (*starch*). Kentang ini baik digunakan untuk *boiling*, *steaming*, *salad*, kurang baik untuk digoreng. Variasi dari kentang ini contohnya :

Bintjes



Desirée



Pink Eye



Sumber : www.google.com

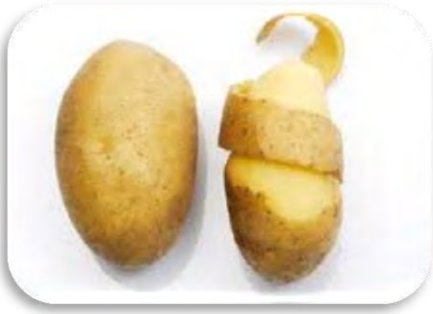
b. *Mature/Old/Starchy Potatoes* : kentang ini mengandung sedikit gula dan banyak zat tepung, akan terpisah pada saat dimasak. Kentang ini baik digunakan untuk *roasting*, *baking*, *deep frying*, dan *mashing*. Variasi dari kentang ini adalah :

Dutch Cream





Patrone



Robinson



Kennebec



Sumber ; www.google.com

Catat persamaan dan perbedaannya ! Jika hasil kalian dikomunikasikan kepada orang lain, apakah orang tersebut memperoleh pemahaman yang sama ? Berdasarkan hasil perbandingan tersebut, diskusikanlah dalam kelompokmu !



INGATLAH

Kentang dijual dalam keadaan :

1. Sudah dicuci (*washed*) atau belum dicuci (*unwashed*).
2. Sudah dikupas, dan dipotong berbentuk *chip* dengan berbagai ukuran (*size*), harus dicuci bersih sebelum digunakan.
3. Segar atau *frozen* (beku).
4. *Dried Potato* untuk *purée*.
5. Kaleng/karton untuk *mashed potatoes* dan berbentuk *powder*.

B. Macam–Macam Potongan Kentang (*Potatoes*)

1) *French Fries* (*Pommes Frites*)
   Disebut juga *chip potatoes* dengan ukuran : 8 cm x 1 cm x 1 cm. Dihidangkan dengan *grills* dan *fried fish*.
   Langkah–langkah memotong:



Sumber : *stellaculinary.com*












Sumber : *thepioneerwoman.com*
Gambar 2. 45 Potongan Kentang *French Fries*

2) *Mignonettes* (*Pommes Mignonettes*)
   Potongan kentang dengan ukuran ; 7 x 7 x 50 mm/ 4 cm x 1 cm x 1 cm. Dihidangkan dengan *grills* dan *fish* yang kecil. Biasanya digunakan untuk *fast food*.
   Langkah–langkah memotong dari awal sama dengan *French Fries*, hanya ukuran yang berbeda.






Sumber : *stellaculinary.com*



Sumber : *megannskitchen.blogspot.com*



Sumber : *izzym.hubpages.com*

Gambar 2. 46 Potongan Kentang *Mignonettes*

3) *Matchstick/Shoestring* (*Pommes Allumettes*)
Potongan kentang dengan ukuran 4 cm x 0,4 cm x 0,4 cm, kalau untuk *shoestring potatoes* harus lebih panjang. Dihidangkan dengan *grills* dan khususnya untuk *fried entrées*.
Langkah–langkah memotong :



Sumber : *momtastic.com*





Sumber : *www.all4food.net* Sumber : *belgianfries.com*

Gambar 2. 47 Potongan Kentang *Matchstick/Shoestring*

4) *Straw* (*Pommes Pailles*)
Potongan *julienne*, dengan 4 cm x 0,2 cm x 0,2 cm. Digoreng sampai garing (*crispy*). Digunakan sebagai *garnish* (hiasan) *entrées*.












Sumber : www.paulnoll.com
Gambar 2. 48 Potongan Kentang *Straw*

5) *Saratoga Chips* (*Pommes Chips*)
Irisan kentang yang tipis 1 mm tebal, dimasak sampai kering dan garing. Biasanya menggunakan *food processors*.
Langkah–langkah memotong :





Sumber : www.wikihow.com
Catatan : kentang dapat dengan kulitnya karena tipis dan renyah.

6) *Wafer* (*Pommes Gaufrettes*)
Hampir sama dengan *saratoga chips* tetapi dipotong dengan *mandolin* sehingga menimbulkan guratan/motif pada kentang. Digunakan sebagai *garnish* untuk *fried entrées* dan sebagai makanan *snack*.
Langkah–langkah memotong :











Sumber : www.google.com

Gambar 2. 49 Potongan Kentang *Wafer*

7) *Pommes Boulangère*
Kentang yang dipotong dengan tebal 4 mm.
Langkah–langkah memotong :



Sumber : *thegarumfactory.net*

Contoh potongan *pommes boulangère :*



Sumber : *www.flickr.com*
Gambar 2. 50 Potongan Kentang *Pommes Boulangere*

8) *Pommes Chateau*
Kentang yang dipotong dengan ukuran : panjang 6 cm x diameter 2 cm.
Langkah–langkah memotong :







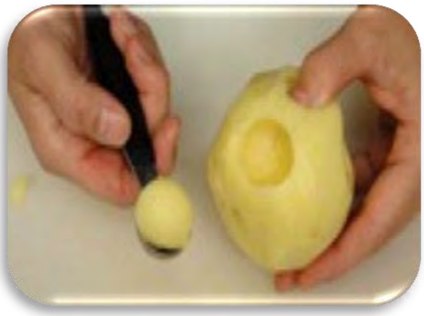




Sumber : www.hellokitchen.tv
Gambar 2. 51 Potongan Kentang *Pommes Chateu*

9) *Pommes Parisienne*
Kentang yang dipotong dengan ukuran : panjang 1,5 cm x diameter 2,5 cm atau dapat menggunakan *parisienne cutter* yang besar.
Langkah–langkah memotong :



Sumber: *emelysrecipes.com*








Sumber : www.rouxbe.com
Gambar 2. 52 Potongan Kentang Pommes Parisiene

10) *Pommes Noisettes*
Kentang yang dipotong dengan diameter 1,5 cm atau dapat menggunakan *parisienne cutter* yang kecil.
Langkah–langkah memotong :



Sumber : *michelangelointhekitchen.blogspot.com*
Gambar 2. 53 Potongan Kentang *Pommes Noisettes*

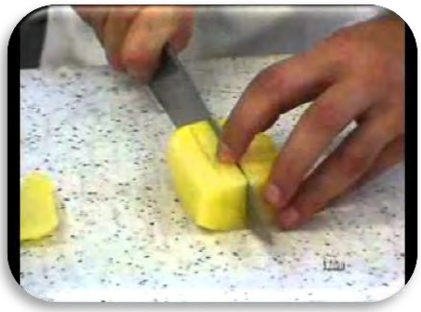
11) *Parmentiere Potatoes/Shoestring Potatoes*
Kentang dipotong dengan ukuran 1,5 cm x 1,5 cm x 1,5 cm.
Langkah–langkah membuat *parmentiere potatoes*:



Sumber : www.cityweekly.net
Gambar 2. 54 Potongan kentang *Parmentiere Potatoes/Shoestring Potatoes*

12) *Pommes Pont Neuf*
Kentang yang dipotong dengan ukuran : 6 cm x 2 cm x 2 cm.
Langkah–langkah memotong :





Sumber : *youtube.com*





Sumber : *www.flickr.com*
Gambar 2. 55 Potongan Kentang Pommes *Pont Neuf*



Penerapan
Kalian dapat mencoba macam–macam potongan kentang diatas secara individu maupun kelompok. Kegiatan ini dapat dilakukan di sekolah dan dilanjutkan berlatih di rumah. Hasil dari potongan kentang tersebut dapat diperlihatkan pada gurumu !



C. Macam-macam Metode Memasak Kentang (*Potatoes)*

1) *Boiled Potatoes* (*Pommes Nature*)
   - Untuk salad, kentang dicuci bersih dengan kulitnya, kemudian direbus dalam air yang sudah diberi garam.
   - Untuk *boiled potatoes*, kentang dipotong bentuk silinder segi enam (*Pommes Al'Anglais*). Digunakan untuk hidangan dari ikan atau *seafood*.





Sumber : doc.pribadi, *Pommes Nature*
Gambar 2. 56 Metode Boiled Potatoes

Langkah–langkah *boiled potatoes* :

I. Kentang dengan kulitnya :










Sumber : www.buzzfeed.com

II. Kentang yang dikupas kulitnya :








Sumber : www.instructables.com

2) *Steam Potatoes*

Panci untuk mengukus yang paling bagus adalah yang berlubang, sehingga uap air akan merata dan matangnya sama.

Langkah–langkah *steam potatoes* :











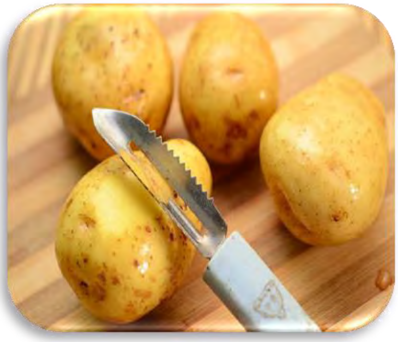


Sumber : www.glutenfreebaking.com
Gambar 2. 57 Metode Steam Potatoes

3) *Sautéed Potatoes* (*Pommes Sautées*)
Yang paling baik caranya : kentang direbus, lalu dikupas, dipotong tipis–tipis, kemudian di*sautée* dengan *butter*.
Langkah–langkah *sautéed potatoes* :












Sumber : www.wikihow.com
Gambar 2. 58 Metode *Sauteed Potatoes*

4) *Baked Potatoes*

Ada dua cara :

1. Pilih kentang dari jenis *starchy potatoes*, dan sama besarnya, lalu dicuci tanpa dikupas kulitnya, kemudian ambil pan yang telah dilapisi garam setebal lebih kurang 1 cm, letakkan kentang diatasnya, lalu *oven* dengan panas sedang.

   Langkah–langkah *baked potatoes* cara 1. :



Sumber : www.kitchentreaty.com

Gambar 2. 59 Metode *Baked Potatoes* 1

2. Ambil *alumunium foil* untuk membungkus kentang yang akan di *baked*, sehingga kentang dimasak secara *steam* dari uap yang diakibatkan dari kentang itu sendiri.
   Langkah–langkah *baked potatoes* cara 2. :





Sumber : www.theyummylife.com



Sumber : www.theyummylife.com

Gambar 2. 60 Metode *Baked Potatoes* 2

5) *Mashed Potatoes* (*Pommes Purée*)

Pilih kentang dari jenis *starchy potatoes*, dicuci dan dikupas kulitnya, lalu dipotong dengan tebal yang sama, direbus dengan api sedang (*simmer*), atau di steam (kukus). Setelah matng tiriskan sampai kering betul, apabila masih basah masukkan kedalam *oven* supaya kering.

Langkah–langkah *mashed potatoes* :










Sumber : *www.startcooking.com*

Gambar 2. 61 Metode *Mashed Potatoes* 1

Menghaluskan kentang dapat dilakukan dengan :



Sumber : *www.wikihow.com*
Gambar 2. 62 Metode *Mashed Potatoes* 2

6) *Deep Fried Potatoes/Pommes Frites/French Fried Potatoes*
Kentang dapar digoreng mentah atau dimasak terlebih dahulu baru digoreng. Untuk French Fried Potatoes dari kentang segar, lalu di blanch dengan minyak panas (325° F). Sebelum dihidangkan, kentang digoreng kembali.
Langkah–langkah *Deep Fried Potatoes* :
Cara 1 :



Sumber : www.instructables.com
Gambar 2. 63 Metode *Deep Fried Potatoes* 1

Cara ke 2 :



Sumber : www.theartofdoingstuff.com

Gambar 2. 64 Metode *Deep Fried Potatoes 2*

7) *Baked “en Casserole”*
Pada umumnya kentang yang dimasak menggunakan *baking pan* atau *casserole* dengan ditambah *liquid* seperti : susu, *bouillon*, dan bila di *salamander* ditambah *cheese*. Contohnya : *Scalloped Potatoes*, *Dauphine Potatoes*, *Pommes Anna*, *Pommes Boulangére*.
Langkah–langkah *baked “en casserole”* :


















Sumber : www.wikihow.com
Gambar 2. 65 Metode *Baked "en casserole"*

8) *Roast Potatoes* (*Pommes Rôties*)
Setelah kentang dikupas, dipotong dalam bentuk yang seragam, kemudian di *blanch*, tiriskan, lalu disimpan dalam *roasting pan* yang sudah diminyaki dan panas. Masukkan dalam *oven* yang panas sampai kentang berwarna kecoklat–coklatan dan matang.
Langkah–langkah *roasted potatoes* :















POWER
Min







Sumber : www.wikihow.com
Gambar 2. 66 Metode *Roast Potatoes*

9) *Dauphine Potatoes* (*Pommes Dauphinoise*)
Langkah–langkah membuat *dauphine potatoes* :







Sumber : www.wikihow.com



Sumber : www.reallynicerecipes.com

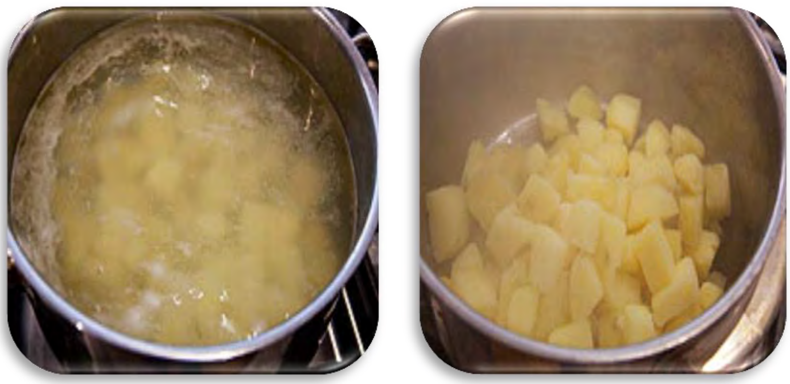
Gambar 2. 67 Metode *Dauphine Potatoes*

10) *Gallette Potatoes*
Langkah–langkah membuat *galette potatoes* :



Sumber : *www.finecooking.com*
Gambar 2. 68 Metode *Galette Potatoes*

11) *Duchess Potatoes* (*Pommes Duchesse*)
Langkah–langkah membuat *duchess potatoes* :





Sumber : *www.simplyrecipes.com*



Sumber : *www.taste.com.au*

Gambar 2. 69 Metode *Duchess Potatoes*

12) *Croquette Potatoes* (*Pommes Croquettes*)
Langkah–langkah membuat *croquette potatoes* :



Sumber : www.wikihow.com
Gambar 2. 70 Metode *Croquette Potatoes*

D. Tugas Proyek

Lakukanlah langkah–langkah berikut :

1. Buatlah kelompok dengan temanmu 2–3 orang.
2. Berilah keterangan dari langkah–langkah metode memasak kentang diatas secara berurutan !
3. Laporkan hasil kegiatanmu dan serahkan kepada gurumu !

E. Rangkuman

Kentang dikelompokkan menjadi dua yaitu :

a. *New Potatoes/Waxy Potatoes* : kentang yang mengandung kadar gula tinggi, dan sedikit zat tepung (*starch*).
b. *Mature/Old/Starchy Potatoes* : kentang yang mengandung sedikit gula dan banyak zat tepung.

Kentang dijual dalam keadaan :

1. Sudah dicuci (*washed*) dan belum dicuci (*unwashed*).
2. Sudah dikupas, dipotong berbentuk chip dengan berbagai ukuran (*size*), cuci bersih sebelum digunakan.
3. Segar atau *frozen* (beku).
4. *Dried Potato* (kering), biasanya untuk *purée*.
5. Kaleng/karton untuk *mashed potatoes* dan berbentuk *powder*.

Macam–macam potongan kentang adalah :

a. *French Fries* (*Pommes Frites*).
b. *Mignonette* (*Pommes Mignonette*).
c. *Matchstick or Shoestring* (*Pommes Allumettes*).
d. *Straw* (*Pommes Paille*).
e. *Saratoga Chips* (*Pommes Chips*).
f. *Wafer* (*Pommes Gaufrettes*).
g. *Pommes Boulangère*
h. *Pommes Chateau*
i. *Pommes Parisienne*
j. *Pommes Noisettes*
k. *Parmentiere Potatoes/Shoestring Potatoes*
l. *Pommes Pont Neuf*

Macam–macam metode memasak kentang adalah :

1. *Boiling*.
2. *Steaming*.
3. *Sautée*.
4. *Baked*.
5. *Mashed*.
6. *Deep Fried*.
7. *Baked "en Casserole"*.

8. *Roasting*.
9. *Dauphine Potatoes* (*Pommes Dauphinoise*)
10. *Galette Potatoes*.
11. *Duchess Potatoes* (*Pommes Duchesse*).
12. *Croquette Potatoes* (*Pommes Croquettes*).

F. Evaluasi Kegiatan Belajar 5

1. Berikan penjelasan bagaimana cara kalian memilih kentang yang baik berdasarkan pengetahuan yang kalian miliki !
2. Buatlah gambar macam–macam potongan kentang (*potatoes*) berikut namanya!
3. Bagaimana cara menyimpan kentang agar tahan lama ?
4. Apakah perbedaan dari *pommes chips* dan *pommes frites* (*french fried potatoes*) ! Jelaskan !
5. Berikan nama macam–macam potongan kentang yang terdapat pada gambar dibawah ini !

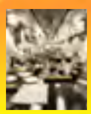


BAB 2

Kegiatan Belajar 6

METODE DASAR MEMASAK
(BASIC METHODS OF COOKERY)

Tentunya kalian pernah membantu ibu atau bapakmu memasak di dapur. Pada saat memasak, kalian menggunakan beberapa metode memasak. Dalam bab ini, kalian akan belajar *basic method of cookery* (metode dasar memasak). Pertama, marilah kita memahami tentang pengertian memasak.



A. Apakah yang dimaksud dengan memasak ?

Memasak adalah membuat suatu bahan mentah menjadi matang dengan tujuan agar dapat dimakan. Menurut para ahli kuliner, memasak adalah proses pemberian panas (*application of heat*) sehingga bahan yang dimasak akan dapat dimakan (*eatable*), lezat di lidah (*palatable*), aman dimakan (*safe to eat*), mudah dicerna (*digestible*), dan berubah penampilannya (*change its appearance*).

Tujuan memasak adalah :

1. Membuat bahan makanan lebih mudah untuk dicerna dalam tubuh kita.
2. Membuat makanan aman untuk dimakan.
3. Meningkatkan rasa dan aroma pada makanan.
4. Meningkatkan penampilan dan warna pada makanan tersebut.
5. Melengkapi/menyeimbangkan kandungan gizi jika dicampur dengan bahan makanan lain.



INGATLAH

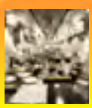
Ada beberapa istilah yang sering digunakan, diantaranya :

- *Cookery*, adalah seni memasak seperti : *French Cookery*, *American Cookery*.
- *Cooker* adalah alat memasak.
- *Cookies* adalah sejenis kue kering manis, produk *pastry* yang biasa digunakan untuk menyertai *ice cream* atau makanan lainnya.
- *Cook* adalah juru masak atau disebut juga *chef*.
- *Over Cooking* adalah proses memasak yang kelebihan panas dan waktu.

- *Over Cooked* adalah dimasak terlalu matang.
- *Undercooked* atau *underdone* adalah dimasak tidak terlalu matang, seperti ; *spaghetti* dan proses tersebut disebut *al dente*.
- *Carry Over Cooking* adalah proses pematangan yang terus berlanjut meskipun makanan sudh diangkat dari alat masaknya. Contoh : telur rebus setengah matang akan menjadi matang jika diletakkan di piring, karena di dalam telur tersebut terjadi prose panas yang berkelanjutan. Hal ini juga berlaku untuk bahan–bahan seperti : daging, dan sayur. Untuk mencegahnya, bahan yang direbus harus segera dimasukkan ke dalam air es setelah direbus.

Sebelum memasak, kita perlu mempersiapkan diri, juga menyiapkan bahan–bahan yang dibutuhkan (*Mise en Place*). Tahapan ini bisa saja terlewati semua/berhenti pada tahap tertentu.

Tahap–tahap persiapan memasak meliputi :
1. Penimbangan (*weighting*).
2. Pencucian (*washing*).
3. Pengupasan/penyiangan (*peeling/trimming*).
4. Pemotongan (cutting).
5. Memeras (*squeeze*).
6. Menyaring (*sifting*).
7. Mengocok (*whisk*)
8. Mencampur (*toss/mixing*).
9. Merendam dengan bumbu (*marinade*).
10. Adonan penggorengan (*frying butter*).
11. Menggiling (*grind*).
12. Pembumbuan (*seasoning*).



B. Teknik Memasak !

Teknik memasak terbagi menjadi dua yaitu : *moist–heat/wet cooking* (panas basah) dan *dry–heat* (panas kering). Metode *moist–heat/wet cooking* adalah metode dimana panas dihantarkan pada makanan melalui air (kuah, saos, dan lain–lain) atau uap. Metode *dry–heat* adalah metode dimana panas dihantarkan oleh udara panas, logam panas, radiasi atau minyak tanpa menggunakan air atau kelembaban. Metode ini terbagi menjadi dua yaitu : dengan lemak dan tanpa lemak.

a. Metode *Moist–Heat/Wet Cooking* (Panas Basah)

Yang termasuk metode *moist–heat/wet cooking* adalah :

a. *Boiling*
b. *Simmering*

c. *Poaching*
d. *Blanching*
e. *Steaming*
f. *Braising*
g. *Stewing*

b. Metode *Dry–Heat Cooking* (Panas Kering)

Yang termasuk metode *dry–heat cooking* adalah :

a. Baking
b. Grilling/Broiling
c. Roasting
d. Sautéing
e. Deep Frying
f. Shallow Frying /Pan Frying



Uji Diri

1. Perhatikan gambar di bawah ini ! Ada berbagai metode memasak yang terlihat pada gambar !
2. Lengkapilah tabel di bawah ini dengan benar !

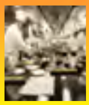
NO.	METODE MEMASAK	SUHU	KETERANGAN
1.	 Sumber : *naturesnurtureblog.com*		

NO.	METODE MEMASAK	SUHU	KETERANGAN
2.	 Sumber : *kitchenadventures.com*		
3.	 Sumber : *ifood.tv*		
4.	 Sumber : *www.wikihow.com*		

NO.	METODE MEMASAK	SUHU	KETERANGAN
5.	 Sumber : *ifood.tv*		
6.	 Sumber : *newportnaturalhealth.com*		
7.	 Sumber : *ifood.tv*		

NO.	METODE MEMASAK	SUHU	KETERANGAN
8.	 Sumber : *ifood.tv*		
9.	 Sumber : *en.wikipedia.org*		
10.	 Sumber : *commons.wikimedia.org*		

NO.	METODE MEMASAK	SUHU	KETERANGAN
11.	 Sumber : *www.wikihow.com*		
12.	 Sumber : *uncrate.com*		
13.	 Sumber : *www.flickr.com*		



C. Hal-hal yang harus diperhatikan pada proses memasak !

a. Baking

- *Oven* harus dipanaskan terlebih dahulu.
- Pintu oven jangan sering dibuka–tutup.
- Pintu *oven* jangan dibanting waktu proses pemasakan sedang berlangsung.
- Atur suhu dengan tepat, alat kontrol suhu harus bekerja secara sempurna.
- Jangan membuka *oven* terlalu cepat sebelum makanan masak.
- Waktu memasak harus sesuai dengan ketentuan.
- Suhu untuk proses memasak secara baking :

NO.	BAHAN	SUHU
1.	*Baked Potatoes*	200° C
2.	*Bread*	200° C
3.	*Sponge*	195° C
4.	*Biscuit/Cookies/Cake*	180° C
5.	*Pudding*	170° C
6.	*Fish*	100° C
7.	*Vegetable*	100° C

b. Deep Frying

Deep frying dapat dilakukan dengan beberapa cara :

- *French Style*
  Bahan makanan di marinade, diberi lapisan tepung, lalu digoreng, contoh : *fried chicken*.

- *English Style*
  Bahan makanan yang akan digoreng di marinade, lalu di *bread crumb*. *Bread crumb* dapat dilakukan 1 atau 2 kali. Contohnya : *croquette*, *breaded chicken*.

- *Orly Style*
  Bahan makanan yang akan digoreng dimasukkan kedalam adonan *frying butter* (campuran dari tepung, telur, cairan), kemudian digoreng.

- *Liquid Style*
  Adonan seperti *frying butter*. Cetakan dimasukkan kedalam minyak panas, kemudian cetakan dimasukkan ke dalam frying butter, lalu di goreng. Contoh : banana *fritters*.

\

- Cara Menggoreng Langsung
  Bahan makanan setelah di marinade atau tanpa di marinade langsung di goreng. Contoh : potato *chips*.

D. Rangkuman

Tujuan memasak adalah membuat bahan makanan lebih mudah untuk dicerna dalam tubuh kita, membuat makanan aman untuk di makan, meningkatkan rasa dan aroma pada makanan, meningkatkan penampilan dan warna pada makanan, melengkapi/menyeimbangkan kandungan gizi jika dicampur dengan bahan makanan lain.

Sebelum dimasak, kita perlu mempersiapkan diri, dan juga menyiapkan bahan–bahan yang dibutuhkan (*Mise en Place*). Tahap–tahap persiapan memasak meliputi : penimbangan (weighting), pencucian (*washing*), pengupasanpenyiangan (peeling/*trimming*), pemotongan (*cutting*), memeras (*squeeze*), menyaring (sifting), mengocok (*whisking*), mencampur (*toss/mixing*), merendam dengan bumbu (*marinade*).

Teknik memasak dibagi menjadi dua, yaitu : *moist–heat/wet cooking* (panas basah) dan *dry–heat cooking* (panas kering). Yang termasuk *moist–heat/wet cooking* adalah : *boiling*, *simmering*, *poaching*, blanching, *steaming, braising*, dan *stewing*.

Yang termasuk *dry–heat cooking* adalah : *baking, grilling/broiling*, *roasting*, *sautéing*, *deep frying*, dan *shallow frying/pan frying*.

E. Evaluasi Kegiatan Belajar 6

Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan jelas !

1. Jelaskan apa tujuan dari memasak !
2. Jelaskan teknik pengolahan basah, dan berikan 4 contohnya.
3. Jelaskan teknik pengolahan dengan menggunakan teknik pengolahan kering, berikan 3 contohnya.
4. Apakah yang harus diperhatikan jika kalian menggunakan teknik *baking* ! Jelaskan mengapa !
5. Ada beberapa cara apabila kalian memasak dengan teknik *deep frying*. Jelaskan dan berikan contohnya !

BAB 3

PENUTUP

Buku “Dasar–Dasar Pengolahan Makanan” (*Basic Food Production*) untuk siswa kelas X sangat baik diterapkan dalam kehidupan sehari–hari, karena dapat melatih keterampilan dan kreatif karena dalam mengolah bahan makanan waktu yang relatif cepat , serta praktis dalam penyajiannya.

Pada saat praktek kerja di lapangan kalian tidak canggung lagi karena semua dasar–dasar pengolahan makanan telah diberikan secara rinci. Kalian juga dapat membandingkannya dengan industry, terutama hotel atau restoran.

Untuk menghemat biaya praktek di sekolah, kalian dapat menggunakan bahan–bahan yang tersedia di daerah masing–masing. Ini berarti kalian telah menggunakan seefektif dan seefisien mungkin sumber–sumber yang ada dalam kehidupan sehari–hari.

GLOSARIUM

al dente	**Merebus pasta/spaghetti tetapi tidak sampai masak betul.**
au gratin	• Memasak dengan cara dipanggang dibawah *salamander*. • Makanan ditutup dengan parutan *cheese*, lalu dicoklatkan dibawah *salamander*.
Aromates	Sayuran beraroma
Bake	Memasak/membakar dengan hawa panas kering di dalam tempat tertutup, seperti : *oven*
Beurre Manie	Campuran *butter* dengan tepung sebagai bahan pengental
Blanch	Merebus sayuran atau daging dalam air mendidih dengan waktu singkat, kemudian didinginkan segera. Tujuannya : untuk melepaskan kulit luar dari sayur atau membersihkan bahan-bahan lainnya. Bouquet Garni Ikatan bumbu-bumbu segar yang terdiri dari *thyme*, *parsley stalk*, *bay leaf,* lada butir, dan celery stalk yang diikat menjadi satu dalam sepotong kain atau tangkai *leek*/daun bawang prei.
Boil	Merebus dalam cairan yang mendidih 100° C (212° F)
Breaded	Diberi lapisan tepung roti atau dipanir
Brunoise	Dipotong berbentuk kubus 3 mm, biasa digunakan sebagai hiasan (*garnish*) untuk *consommé* dari wortel, bawang bombay, lobak, dan seledri. Menu *Fish Escabeche*, sayurannya memakai potongan ini.
Butcher String	Tali pengikat daging atau sayuran
Cabbage	Kol/kubis
Chicken Stock	Kaldu ayam
Chiffonnade	Mengiris halus daun selada atau sayuran dari daun (seperti bayam, kol merah), digunakan sebagai hiasan (*garnish*) seperti : *seafood cocktail* atau *consommé*
Chill	Didinginkan

Chinois/Conical Strainer	Saringan berbetuk kerucut dan digunakan untuk menyaring *stock* sehingga bebas dari noda/kotoran
Chop	Mencincang sampai halus
Chopping Board	Talenan yang digunakan untuk memotong/mengiris bahan makanan
Coarsely Chopped	Mencincang kasar
Consistency	Kekentalan atau tekstur suatu campuran
Croquette	Kentang yang dibentuk bulat atau makanan yang dicincang, diberi bumbu-bumbu, diporsi kecil-kecil, dibungkus dengan telur dan *bread crumb*, kemudian digoreng dengan minyak banyak
Crispy	Renyah/kemeripik.
Cube	Memotong bahan dalam bentuk dadu (1x1x1 Cm)
Custard Marrow	Labu siam
Dauphinois	Nama cara memasak kentang
Deep Fried	Menggoreng bahan makanan dengan minyak banyak
Dice	Sama dengan *cubes*, hanya lebih kecil
Drain	Meniriskan cairan
en casserole	Masakan yang menggunkan alat *casserole* (porselen tahan api).
Emulsi	*Suspensi* suatu cairan dalam cairan lain.
Finely Chopped	Mencincang halus.
French Fries (Pommes Frites)	Disebut juga *chip potatoes* dengan ukuran : 10 x 10 x 60 mm. Dihidangkan dengan *grills* dan *fried* *fish*
Frozen	Dibekukan/dalam keadaan beku
Garnish	Hiasan makanan
Glace de Viande	Kaldu yang dikentalkan
Glaze	• Dengan *salamander*, memberi warna pada permukaan *sauce* atau makanan yang manis dengan *icing sugar*. • Menyelesaikan *flans*, *tartlettes*, dan sebagainya dengan *apricot* atau *red glaze*. • Melapisi/mengkilapkan sayuran (wortel) dengan sirup gula dan mentega.

Gratinoir	Membakar permukaan makanan sampai berwarna coklat
Green Cabbage	*Chaisim*
Grill	Alat memanggang makanan.
Jardinière	Potongan tongkat kecil 4 mm x 4 mm dan 20 mm panjang. Digunakan sebagai hiasan, contoh : *Oxtail*
Juice	Sari buah atau sari daging
Julienne	Potongan strip halus 2 mm x 2mm dan panjang 30-40 mm. Diterapkan pada daging (seperti ham atau lidah), dan sayuran (seperti : daun bawang, kol, bawang bombay), digunakan sebagai hiasan (*garnish*) contohnya : *Coleslaw Salad*
Macedoine	Buah-buahan atau sayuran dipotong kubus atau dadu 6-8 mm (1x1 cm). Biasanya diterapkan pada kentang, wortel, lobak, pepaya, apel
Marinate	Mencampur bumbu ke dalam makanan
Mashed	Melembutkan/menghaluskan
Matchstick or Shoestring	Potongan kentang dengan ukuran 5 x 5 x 50 mm. (Pommes Allumettes). Kalau untuk *shoestring potatoes* harus lebih panjang. Dihidangkan dengan *grills* dan khususnya untuk *fried entrées*.
Mignonette (Pommes Mignonette)	Potongan kentang dengan ukuran 7 x 7 x 50 mm Dihidangkan dengan *grills* dan *fish* yang kecil. Biasanya digunakan untuk *fast food*.
Mandolin	Alat parut kentang untuk *gaufrette potatoes*
Mirepoix	Sayuran yang dipotong-potong kasar untuk pembuatan *stock*.
Mise en Place	Persiapan dan mengumpulkan makanan serta peralatan sebelum menghidangkan.
Mixture	Campuran bahan-bahan
Moull	Alat untuk membuat *mashed potatoes*/alat penghalus kentang
Paring Knife	Pisau kecil untuk mengupas buah atau sayuran
Parsley	Peterseli.
Parsnips	Sejenis lobak.

Paysanne	Potongan dengan tipis 10 mm berbentuk segi empat, segi tiga, atau 15 mm bentuk bulat. Umumnya digunakan sebagai hiasan (*garnish*) untuk sup (*soup*), seperti : *minestrone soup*.
Peel	Menguliti/mengupas sayuran.
Poach	Merebus dengan air yang diberi cuka
Poisson	Ikan (bahasa Perancis).
Roast	Memanggang menggunakan *oven*
Roasting Pan	Alat khusus untuk memanggang daging dalam *oven*.
Salamander	Memanggang makanan dengan api dari sebelah atas
Saratoga (Pommes Chips)	Irisian kentang yang tipis, dimasak sampai kering dan garing. Biasanya menggunakan *food processors*. Digunakan sebagai makanan *snack*
Sauce Pan	Alat untuk memasak *sauce* (saos).
Sautée	Menggoreng dengan sedikit minyak atau disebut juga menumis.
Scale	Timbangan dapur dengan berbagai jenis dan kapasitas
Score	Memotong-motong dengan bentuk tertentu, seperti : *diamond*, *triangle*, *macedoine*
Seasoning	Membumbui masakan atau bahan makanan
Simmer	Membiarkan masakan mendidih perlahan-lahan diatas api kecil
Starch	Sari tepung dari kentang, jagung, beras, dan lain-lain.
Steam (Au Vapeur)	Memasak dengan menggunakan uap
Stew	Memasak secara perlahan menggunakan kaldu/disetup
Stock	Kaldu.
Straw (Pommes Pailles)	Potongan *julienne*, dengan panjang 50 – 60 mm. Digoreng sampai garing. Digunakan sebagai *garnish* (hiasan) *entrées*
Sweet Potatoes	Ketela rambat/ubi jalar
Turnips	Lobak
Vegetable Knife	Pisau yang digunakan untuk memotong/mengiris sayuran

Wafer (Pommes Gaufrettes)	Hampir sama dengan *saratoga chips* tetapi dipotong dengan *mandolin* sehingga menimbulkan guratan/motif pada kentang. Digunakan sebagai *garnish* untuk *fried entrees* dan sebagai makanan *snack*
Watercress/Chinese Cabbage	Kangkung
Worktable	Meja kerja di dapur untuk persiapan masak dari *stainless steel*

DAFTAR PUSTAKA

Bartono P.H, ***Pengantar Pengolahan Makanan***, PT. Pertja, Jakarta, 2000. *belgianfries.com*

Cracknell & Kaufmann, ***Practical Professional Cookery***, The Macmillan Press Ltd, 1972.

Cordon Bleu, ***Dictionary of Cookery Terms***, Macdonald and Jane's, London, 1977

Commons.wikimedia.org.

Dra. Cidartaty, M.M, ***Modul : Entremettier***, PPPGK, Sawangan, 1998.

Dodgshun, Graham and Peters,Michel, ***Cookery For The Hospitality Industry***, Cambridge University Press, 2004 (fifth edition).

Laris, David & Dean Brettschneider, ***The Menu***, Marshall Cavendish Cuisine, Singapore, 2009.

Pendit, Nyoman S, ***Glosari Pariwisata Kontemporer : Memperkaya Khazanah Industri Hospitality Dan Perjalanan Wisata Indonesia***, PT Pradnya Paramita, Jakarta, 2005 (cetakan ke-1).

Phillip Dowell & Adrian Bailey, ***The Book Of Ingredients***, Penguin Books Ltd, England, 1991.

Ruffino E.M dan Bartono P.H, ***Dasar-Dasar Food Product***, Andi, Yogyakarta, 2006.

R.J. Kaufmann and H.L. Cracknell, ***Practical Professional Cookery***, The Macmillan Press LTD, London, 1978.

Sophie, ***Ducasse Made Simple***, De Gustibus, 2005 (Les Editions Alain Ducasse).

Zaenal Rais, ***Kitchen Knowledge and Food Production***, Hotel Indonesia, Jakarta, 1995.

Sumber Artikel dan Gambar

en.wikipwdia.org
emelysrecipes.com
www.flickr.com
www.finecooking.com
www.google.com
www.glutenfreebaking.com
www.hellokitchen.tv
hotelmule.com
www.hwcboga.blogspot.coms
ifood.tv
indiamar.com
www.instructables.com
izzym.hubpages.com
jsonline.com
kitchenadventures.com
www.kitchentreaty.com
www.bhg.com
www.buzzfeed.com
www.cityweekly.net
www.all4food.net
apprendrelacuisine.com
meganskitchen.blogspot.com
michelangelointhekitchen.blogspot.com
momtastic.com
newportnaturehealth.com
noobcook.com
www.paulnoll.com
quencavida.com
www.reallynicerecipes.com
rgbstock.com
www.rouxbe.com
seededatthetable.cxom
seriouseats.com
www.simplyrecipes.com
www.startcooking.com
stellaculinary.com
www.taste.com.au
www.theartofdoingstuff.com
thegarumfactory.net
thepioneerwoman.com
theshiksa.com
theyummylife.com
uncrate.com
whiskblog.com
www.wikihow.com
youtube.com
naliniscooking.com
naturesnurtureblog.com